



INGKANG MINULYA DAGPO RINPOCHE

# SERAT PANGAYOMAN

## BAB I

Diaturake nalika 9-14 Desember 2003  
ing Dharma Center Kadam Tashi Choe Ling, Malaysia

Disulih saka basa Tibet menyang basa Inggris  
Dening: Rosemary Patton

Disulih saka basa Inggris menyang basa Indonesia  
Dening: Candri Jayawardhani

Disulih saka basa Indonesia menyang basa Jawa  
Dening: Dharmajati Sumanggakersa



Cithakan kaping sepisan, 2015  
Didum kanthi gratis cacahé 1000 eksemplar

Dibabarake dening :  
Inggang Minulya Dagpo Rinpoche  
Sulihan Basa Jawa : Dharmajati Sumanggakersa  
Perancang Sampul : Supriyanto  
Penata Letak : Sapta Hadi

Hak Cipta Naskah Terjemahan Indonesia ©2015 Dharma Center Kadam Choeling  
Indonesia

Copyright © 2015 by Kadam Choeling Indonesia  
Hak cipta naskah terjemahan bahasa Indonesia adalah milik  
Dharma Center Kadam Choeling Indonesia.

Dilarang Memperbanyak dalam bentuk apapun, sebagian maupun keseluruhan, tanpa  
izin tertulis dari Dharma Center Kadam Choeling Indonesia. Isi buku ini boleh dikutip  
untuk rujukan tanpa perlu izin khusus dari penerbit dengan tetap mencantumkan  
nama penerbit.

Dharma Center Kadam Choeling Indonesia  
Alamat : Jalan Sederhana No.83 Bandung, 40161  
Email : [info@kadamchoeling.or.id](mailto:info@kadamchoeling.or.id)  
Situs : [www.kadamchoeling.or.id](http://www.kadamchoeling.or.id)



TRANSKRIP  
*Naskah Pelajaran Dharma*  
2015



*KCI / Vivi Siskayanti*



~\*~ SERAT LELAKON CENDHAK ~\*~  
VEN. DAGPO RINPOCHE  
LOBSANG JHAMPEL JHAMPA GYATSO

**D**agpo Rinpoche uga kesuwur dikenal kanthi jeneng *Bamchoe Rinpoche*, dilairake nalika taun 1932 ing desa Konpo, sudhut kidul wetane Tibet. Nalika umur loro taun, panjenengane diweruhii dening H.H. Dalai Lama kaping-13 minangka tumimbal laire saka *Dagpo Lama Rinpoche Jhampel Lhundrup*. Nalika umur nem taun, panjenengane mlebu wihara Bamchoe, ing cedhake desa Dagpo. Di wihara kasebut, panjenengane sinau maca lan nulis, uga mulai sinau dhasar-dhasar sutra lan tantra. Nalika umur telulas taun, panjenengane mlebu wihara *Dagpo Shedrup Ling* kanggo nyinaoni lima babagan utama saka kaweruh Buddhis, yaiku: Inglaran, Paramita, Madhyamika, AbhiDharma, lan Vinaya.

Sawise sinau saksuwene 11 taun ing *Dagpo Shedrup Ling*, Dagpo Rinpoche nerusake pasinaonane ing Wihara Universitas Drepung. Wihara Universitas Drepung iki ana ing cedhake kutha Lhasa. Panjenengane sinau ing salah siji saka papat universitas sing diduweni wihara kasebut, yaiku *Gomang Dratsang*. Ing kana panjenengane njeroni kaweruh bab kaweruh Buddhis lan khusus panjenengane sinau kaweruh adhedhasar kitab piwulang (*textbook*) saka *Gomang Dratsang*, yaiku komentar saka *Jamsing*



~\*~SERAT LELAKON CENDHAK~\*~

*Shepa*. Saksuwene panjenengane tinggal di *Gomang Dratsang* (lan kemudheweken uga nalika di pengungsian, ing India lan Eropa), panjenengane sinau ing sengkuyungane Guru saka Mongolia sing kuncara *Geshe Gomang Khenzur Ngawang Nyima Rinpoche*. Amerga papan panggonan sinau panjenengane ora adoh saka Lhasa minangka ibukutha Tibet, panjenengane uga nduweni kasempatan kanggo nekani akeh ceramah Dharma lan nampa akeh piwulang lisan saka saweneh guru sing beda-beda. Mula saka iku, Rinpoche iku salah siji saka sathithik Lama (Guru) sing nyekel akeh trah ajaran Buddha.

Saksuwene iki, Dagpo Rinpoche, sing nduweni jeneng jangkep **Dagpo Lama Rinpoche Lobsang Jhampel Jhampa Gyatso**, wis sinau saka 34 guru Buddhis, khususse loro dwija (panyengkuyung) saka H.H. Dalai Lama kaping-14, yaiku *Kyabje Ling Rinpoche* lan *Kyabje Trijang Rinpoche*, lan uga saka H.H. Dalai Lama kaping-14 dhewe. Ing sengkuyungane guru-guru iku mau, Rinpoche sinau Lima Babagan Utama lan Tantra (panjenengane wis nampa akeh pangruwatan lan nindakake panepen). Kejaba iku, panjenengane uga sinau kaweruh bab lintang, geguritan, tata basa, lan sejarah.

Panjenengane sinau ing *Gomang Dratsang* nganti nalika komunis nyerbu menyang Tibet taun 1959. Nalika taun iku, ing umur 27 taun, panjenengane mrepegi H.H. Dalai Lama kaping-14 lan guru-guru Buddhis liyane, menyang pambuwangan ing India. Ora suwe sawise tekane ing India, panjenengane diundang menyang Perancis kanggo mbiyantu para wong kang weruh babagan Tibet ing Perancis ing pasinaonane wong-wong iku mau bab agama lan budaya negeri Tibet. Para ilmuwan Eropa iki kesengsem kanggo ngundang



~\*~SERAT LELAKON CENDHAK~\*~

panjenengane amerga kapinteran sarta pamikiran panjenengane sing tinarbuka (*open minded*). Kanthi wewaler lan berkah saka para gurune, panjenengane nekani undangan kasebut lan anbab beyasiswa *Rocmenyangfeller*. Panjenengane iku Lama wiwitan sing teka ing Perancis. Panjenengane mulang Basa lan Budaya Tibet saksuwene 30 taun ing *School of Oriental Sinaues*, Paris. Sawise pangsiun, panjenengane tetep nerusake sinau lan panggladhian pribadine. Panjenengane wis akeh mbiyantu nyusun kitab bab Tibet lan Buddhisme, uga melu ing saweneh program ing tipi lan radio.

Sawise nyinaoni Basa Perancis lan Inggris sarta nyecep pola pikir wong barat, nalika taun 1978 panjenengane wusanane sumedya kanggo miwiti mulang Dharma kang mulya saka Buddha Sakyamuni. Nalika taun iku, panjenengane ngedekake punjering Dharma sing nduweni jeneng Institut Ganden Ling ing *Veneux-Les Sablons*, Perancis. Ing papan panggonan iki, panjenengane menahi piwulang bab Buddhisme, donga, sarta semedi. Wiwit taun 1978 nganti saiki panjenengane wis akeh ngendhang saweneh negara, ing antarane menyang Italia, Belgia, Jerman, Singapura, Malaysia, lan Indonesia.

Panjenengane wiwit ngendhang Indonesia nalika taun **1989**. Wiwit iku, saben taun panjenengane kanthi ajeg lunga menyang Indonesia kanggo mbabarake Dharma, menahi piwulang ajaran Buddha, khususse ajaran Lamrim, lan menahi saweneh pangruwatan sarta berkah.



~\*~SERAT LELAKON CENDHAK~\*~

## RIWAYAT MANGSA SADURUNGE

Dagpo Rinpoche sing saiki, diweruhi dening H.H.Dalai Lama kaping-13 minangka tumimbal laire saka *Dagpo Lama Rinpoche Jhampel Lhundrup*. Dagpo Rinpoche sing mbiyen iki sadurunge wis diweruhi minangka tumimbal lairne mahaguru sing asale saka Indonesia sing nduweni jeneng **Suvarnadwipa Dharmakirti (Serlingpa)**. Suvarnadwipa kalairake ing kulawarga *Sri-Vijayendra-Raja* (Raja Sriwijaya), sing uga minangka perangan saka kulawarga *Sailendravamsa* (Dinasti Sailendra, ing Yavadwipa), amerga *Sri-Maharaja Balaputradewa* (Raja Sriwijaya) iku putra saka *Sri-Maharaja Smarattunga* (Raja Sailendra). Ya Wangsa Sailendra sing mbangun Candi Borobudur. Kulawarga luluhur Rinpoche uga melu cawe-cawe ing Paguron Luhur Agama Buddha ing Nalanda, sing ngrembaka ing mangsa pamrentahan keraton Sriwijaya ing abad 7. Suvarnadwipa banjur nyengkuyung Bhikshu kanthi aran ordinasi *Dharmakirti*. Panjenengane nggladhi dhiri ing saweneh papan panggonan, klebu uga sinau menyang India. Amerga upayane sing gentur lan ringkesan kabecikane sing banget akehe, wusanane panjenengane kasil nggayuh kasunyatan sing paling dhuwur minangka Bodhisattva. Kekuncaraning panjenengane minangka guru Mahayana, khususé ajaran Bodhicitta kasebar adoh nganti menyang India, Cina, sarta Tibet. DiTibet panjenenganediweruhikanthijeneng **LamaSerlingpa**.

Atisha nggayuh lelaku saksuwene 13 Sasi liwat samudra saka India, kanthi kahanan sing angel bangete, kanggo supaya bisa kepanggih karo Suvarnadwipa ing Indonesia, kanggo anbab wejangan bab Bodhicitta (tekad nggayuh Kabuddhan kanggo





~\*~SERAT LELAKON CENDHAK~\*~

kabecikan sakabehing jalma) saka panjenengane. Suvarnadwipa menahi piwulang ajaran sing asale saka Manjushri, yaiku “*Pangejawantahaning Dhiri lan Jalma Liya*” (*Exchanging Self and Others*). Sawise sinau saka Suvarnadwipa, Atisha maneh menyang India lan banjur lunga menyang Tibet. Ing kana Atisha nindakake paraga sing wigati banget kanggo nggawa panemu kang anyar kanggo Agama Buddha. Atisha nyengkuyung salah sawijining mahaguru sing diajeni banget ing Agama Buddha Tibet. Kaloro guru agung iki, Suvarnadwipa lan Atisha, nemoni maneh ing mangsa saiki ing gegayutan guru-siswa sing padha, yaiku nalika Atisha kalairake maneh minangka *Pabongkha Rinpoche* lan nampa ajaran bab Bodhicitta saka *Dagpo Lama Rinpoche Jhampel Lhundrup*. Dagpo Lama Rinpoche Jhampel Lhundrup iki ndarbeni cawe-cawe sing wigati banget kanggo Buddhisme Tibet kanthi nguripake maneh ajaran Lamrim ing bageyan kidul Tibet. Panjenengane kesuwur banget amerga katrangan bab Lamrim lan amerga kasunyatan panjenengane tumraping Bodhicitta. Akeh guru Lamrim ing mangsa iku sing anbab piwulang lan katrangan Lamrim saka Panjenengane nganti anbab kasunyatan amerga ajaran Lamrim kasebut.

Trah tumimbal laire Dagpo Rinpoche liyane akeh banget. Klebu guru-guru agung kaya Bodhisattva *Taktungu* sing urip ing mangsa Buddha sing mbiyen. Panjenengane lila legawa adol sairis daginge kanggo aweh cecawisan menyang gurune. Kejaba iku, pertapa India nduweni jeneng *Virupa* lan para winasis *Gunaprabha* uga dipitayani minangka tumimbal lair saka Rinpoche.



~\*~SERAT LELAKON CENDHAK~\*~

Ing Tibet dhewe, guru-guru sing klebu ing trah Dagpo Rinpoche iku *Marpa Lotsawa* Sang Panjarwa, sing ngedekake sekte Buddhis Kagyu. Panjenengane kesuwur amerga nyengkuyung guru sing nyengkuyung *Jetsun Milarepa* nggayuh kasampurnan kanthi gegladhen sing gentur banget. Kejaba iku uga, *Londroel Lama Rinpoche*, guru semedi lan para winasis sing wigati ing abad menyang-18, siswa saka H.H. Dalai Lama kaping-7. Kaya uga Milarepa, *Londroel Rinpoche* uga ndarbeni mangsa enom sing angel. Panjenengane dadi salah siji guru kuncara ing abad kasebut, lan guru saka para winasis ing antarane *Jigme Wangpo*. Panjenengane uga ngrakit seratan cacahé 23 jilid. Ing mangsa saiki, saweneh Mustaka Wihara *Dagpo Shedrup Ling* uga klebu ing tumimbal laire Rinpoche sadurunge.



## ~\*~REMBUGAN SORE~\*~ (9 DESEMBER 2003)

**A**ku pengen atur pamuji marang Panjenengan kabeh sing wis ana ing panepen wiwitan sing dianakake Kadam Tashi Choe Ling, Malaysia, ing budayane wong Tibet kanthi ngaturake '*tashi delek*'. Aku ngrumangsani beja banget bisa cawe-cawe ing panepen iki lan aku pitaya Panjenengan kanggo rasa sing padha karo aku. Kena apa iki minangka kedadeyan sing nguntungake lan nggegirisi? Amerga senjata kita bisa uga umur dawa, nanging nyatane, cacah wektu sing kita bhaktekake kanggo dhiri kita dhewe supaya nindakake Dharma sing tenanan ing panguripan saiki iki, cendhak banget. Dadi saiki Panjenengan kudu mastekake dene panjenengan ora bakal nyia-nyiakake wektu sing nguntungake banget iki lan nggladhi kanthi tenanan ing panepen papat setengah dina iki.

Senajan wektune cendhak, Panjenengan tamtune bisa njupuk kagunan gedhe sakanya menawa Panjenengan nggunakake kanthi becik. Wigati kanggo ngelingi maneh kena apa Panjenengan ana ing kene, tujuan saka kahanan Panjenengan. Ing dhasare, apa sing Panjenengan lan sakabehing jalma urip liyane karepake, becik iku kewan paling cilik sing lagi bae mbrangkang ing ndhuwur lemah, pindhah saka siji papan panggonan menyang papan panggonan



--SERAT PANGAYOMAN--

liyane, iku kabagjan; uga panulakan bakal sakabehing apa bae sing nglarani utawa ora nyenengake sing nyebabake kaora-senengan. Nalika Panjenengan ndeleng kewan sing lagi bae mbrangkang ing ndhuwur lemah, pindhah saka siji papan panggonan menyang papan panggonan sing liya, Panjenengan kudu nyadhari dene tumindake iku golek apa bae sing becik, dudu amerga ngepasi baka. Bisa uga kewan kasebut pindhah amerga dheweke ora marem, ora seneng, utawa bisa uga mulane amerga rasa lara nganti dheweke golek papan panggonan sing luwih aman. Sakabehing prekara iki uga kanggo kita amerga apa bae jinis tumindak badan jasad, pocapan, utawa batin sing kita pilih kanggo ditindakake, tansah ing pangarep-arep kanggo kabagjan sing luwih gedhe maneh.

Kanggo anbab kabagjan sing kita karepake, kita kudu nggawe cara sing ora tuwuh kanthi ngepasi. Ana saweneh cara beda-beda sing menehi kita kabagjan sing kita karepake ing dunya iki. Nanging, ing konteks saiki iki, cara sing aku wastani iku cara sing diwarahake dening Sang Buddha. Bab wigati sing ditetepake dening Sang Buddha Gegandhengan karo kabagjan kita ing wusanane gumantung ing ing cara kita mikir. Menawa cara mikir Panjenengan bisa dikrembakakake nyengkuyung apa bae sing pas, sing jumbuh karo sing sak mesthine, banjur Panjenengan bisa ngrasakake kabagjan sing Panjenengan karepake. Nalika Panjenengan bisa ngendhalekake batin kanthi pamikiran utawa sikap sing mentingake wong liya (*altruistik*) lan kebak karo kabecikan, banjur Panjenengan bakal seneng. Lawan saka yaiku nduweni cara mikir sing ora gegayutan kanthi sing sak mesthine; batin sing didhuhkitakake



dening pamikiran kleru bakal nyebabake rasa ora marem lan ora seneng. Amerga sakabehing apa bae gumantung ing batin, banjur tujuwan Panjenengan ing kene iku nggladhi cara mikir, ngupaya kanggo nggawe dhiri lan cara mikir Panjenengan dhewe luwih lulut, luwih ayem, becik, lan aweh pitulungan kanggo wong liya, nganti bisa nggawa pangowahan ing dhiri Panjenengan dhewe. Senajan dhiri Panjenengan ing dina Minggu lan dina yaiku kaya sabanjure siji kanthi sing liyane, nanging saora-orane ana panjenengan-panjenengan tumangkare lan ndandani antarane saiki lan mengko. Saben wong sing ninggalake panepen iki ing dina Minggu ya kudu nyengkuyung wong sing luwih becik, luwih ayem, lan luwih bisa mikir saka wong sing maune anyar bakal melu panepen iki.

Babagan panepen yaiku ‘pangayoman’ lan kita bakal njupuk wektu kanggo mbatinake babagan iki. Ana rong jinis semedi sing bakal kita tindakake – semedi kawigaten lan semedi konsentrasi. Menawa Panjenengan langsung disuwun kanggo mbatinake babagan pangayoman, iki bisa uga sathithik rada angel kanggo seperangan gedhe Panjenengan. Mula saka iku, aku bakal menehi sathithik tuntunan lan njlentrehake werna-wernaning semedi sing bakal kita ditindakake. Sawise iku, aku bakal nyedhiakake wektu kanggo semedi kanthi cara sing wis dijlentrehake, bergantian antara semedi kawigaten lan konsentrasi. Yaiku cara sing becik banget kanggo nggladhi ngembangake dhiri Panjenengan. Semedi iki nduweni tujuwan : ngembangake cara mikir lan sikap Panjenengan; sarta kanggo sansaya ngrindhiki kekleruwane lan ngrantasi cara mikir sing kleru. Dadi tujuwan



--\*--SERAT PANGAYOMAN--\*

utama kahanan Panjenengan ing kene iku kanggo semedi.

Supaya semedine kasil, Panjenengan mbutuhake saweneh kabecikan tartamtu uga minangka panyucen (netralisir) kekleruwane Panjenengan. Kanthi tujuwan iki, banjur Panjenengan prelu nggugah jasa kabecikan lan nggladhi nyucekake kekleruwane kanthi ‘Nem Lelakon Sing wiwitan’. Yaiku cara utama kanggo sakabehing Bodhisatwa kanggo nggladhi nglumpukake kabecikan lan nyucekake kekleruwane dheweke. Seperangan agung saka Panjenengan wis cukup meruhi cara iki, nanging kanggo sing liya, bisa uga prekara yaiku apa bae sing anyar nganti kabisan Panjenengan kanggo melu lan nindakake pambatinan sing ana gegayutane karo saben urutan bisa dadi sathithik luwih angel. Nanging, Panjenengan saora-orane bisa melu perangan-perangane lan meruhi apa sing lagi bae dumadi wektu kita lagi bae liwat saweneh urutan sing beda-beda. Menawa Panjenengan ora bisa nindakake pambatinan lan mbayangake kanthi jangkep, sing paling wigati iku pitaya bakal prekara kasebut. Tuladhane, Ing wektu ngusada dheweke gatra-gatra sujud, kita mikir kita saiki lagi bae diditindakake pangurmatan; ing perangan cecawisan, kita mikir kita lagi bae ngaturake cecawisan; ing wektu panyuwunan, kita mikir lagi bae nyuwun menyang para guru; lan sakpiturute. Cara wiwitan, mesthi bae, mbayangake dene Sang Buddha ana ing sangarepe Panjenengan lan gegandhengan karo Sang Buddha banjur Panjenengan bisa nindakake lelakon iki.

Amerga Panjenengan ana ing kene kanggo nggladhi ngembangake batin, banjur wigati kanggo Panjenengan kanggo tetep ngupaya anggone konsentrasi sakuwat-kuwate ing



--REMBUGAN SORE--

babagan sing lagi bae dirembug lan ngedohi karubedan (sing nyiwer kawigatenan) sak akeh-akehe. Kanggo ngedohi reribed, Panjenengan diaturi supaya ngupaya lan sajangkepe ngedohi sakabehing tumindak lan prekara sing ajeg, kaya penggaweyan, kulawarga, lan sakpiturute, sak akeh-akehe saksuwene patang dina iki; amerga menawa Panjenengan isih mikirake prekara-prekara iki, luwih becik Panjenengan mikirake ing omah utawa ing kantor. Karawuhan Panjenengan menyang kene ora ana gunane menawa badan jasad Panjenengan ing kene nanging pikiran Panjenengan bali maneh menyang omah utawa ing kantor. Kanggo alesan sing padha, Panjenengan diaturi supaya kanggo matesi wawan rembug kanggo ngedohi reribed. **Rembugan-rembugan** babagan apa bae sing ora ana gegayutane karo kahanan Panjenengan ing kene iku tumindak kang ora nduweni arti. Sabanjure, bakal luwih wigati kanggo ngrembug Dharma utawa prekara sing bakal mbiyantu Panjenengan dhewe lan wong liya, seadoh prekara kasebut ana gegayutane karo tumangkare kahanan kebatinan Panjenengan. Menawa ana sing ngrumangsani pituduh iki nggawe Panjenengan ora mardika lan rumangsa abot, sejatine ora prelu bereaksi kaya mangkono. Matesi wawan rembug ora ujug-ujug nyebabake Panjenengan kaku. Nyobaa kanggo njaga dhiri Panjenengan ayem lan marem, uga ngupaya ngedohi reribed. Menawa Panjenengan melu sakabehing wejangan iki, banjur nalika ninggalake panepen iki, Panjenengan saora-orane bakal nduweni apa bae kanggo digawa bali.

Wigati kanggo miwiti panepen iki kanthi becik, kanthi njupuk sathithik wektu sore iki kanggo mbatin, supaya bisa nggugah



kekarepan sing kuwat lan becik ing dhiri Panjenengan saksuwene nindakake panepen iki. Kanggo dheweke sing buddhis, Panjenengan weruh apa jarwane iki. Jarwane Panjenengan ngupaya bener-bener luwih sadhar dene Panjenengan saiki iki ing papan sing becik banget amerga nduweni klairan minangka manungsa sing diberkahi kanthi saweneh wujud ing kamardikan lan kabegjan sing becik. Bab wigatine iku ora nyia-nyiakake kasempatan iki, nanging nggunakake kanthi becik, kanthi ora amung mikirake awake dhewe kanthi kasenengane Panjenengan dhewe, nanging uga mikirake kahanan sakabehing jalma urip sing liya, ibu-ibu Panjenengan ing samsara. Amerga iku, Panjenengan pengin ndeleng dheweke seneng, ndeleng dene dheweke uga bisa ngrantasi prekara lan panandhang dheweke kanthi mesthi; lan Panjenengan nduweni niat mujudake prekara kasebut kanggo sakabehing jalma. Nanging, nyadhari kahanan Panjenengan saiki iki, kekuwatan Panjenengan kewates banget kanggo ngayahi tujuwan-tujuwan iki. Mula saka iki, Siji-sijine dalam iku nggladhi nganti Panjenengan dhewe nggayuh Kabuddhan kanggo nggayuh tujuwan-tujuwan ing ndhuwur. Panjenengan bakal nyadhari dene kanggo tujuwan-tujuwan sing kaya mangkono banjur Panjenengannyengkuyung Buddha, kanggo kabecikan sakabehing jalma urip, banjur saiki Panjenengan bakal nindakake panepen iki.

Menawa Panjenengan ora nduweni kapitayan tartamtu utawa menawa Panjenengan melu budayane kapitayan sing liya, bakal tetep becik banget kanggo ngelingake dhiri Panjenengan dhewe dene Panjenengan iku manungsa. Iki jarwane Panjenengan nduweni kewasisan unggul dibandingake wujud ing panguripan sing liya,





--REMBUGAN SORE--

nganti ana apike kanggo nggawe panguripan Panjenengan kanthi becik; ora amung nguber kabagjan Panjenengan pribadi, nanging kanggo nggayuh apa bae sing migunani kanggo sak akeh-akehe jalma. Sawise nyadhari dene kanggo nggayuh prekara kasebut kanthi luwih empan papan Panjenengan mbutuhake ngembangake dayaning Panjenengan dhewe, banjur saiki Panjenengan bakal dadi minangka tujuan saksuwene panepen iki ana.

Minangka panutup pasamuwan iki, aku ngaturake sugeng tetirah. Seneng-senenga, santai bae, lan upayanen kanggo ngajeni kabegjan Panjenengan sing nggegirisi, nyedhiyakake wektu kanggo melu panepen kaya mangkene iki. Ketemu maneh sesuk.



*KCI / Vivi Siskayanti*



## ~\*~ DINA WIWITAN ~\*~ PASAMUWAN ESUK

*‘saiki, kanggo sekali iki, kita nduweni wujuding panguripan [minangka manungsa] sing nguntungake banget , kebak karo kasempatan. Kanthi mangerteni kepiye angele kanggo pikanbab lan wigati banget jarwane, banjur pangestonana aku supaya pikiran kanggo mangerteni surasane bisa kalairake ing dhiriku, rina lan wengi tanpa mandheg.’*

**P**anjenengan kabeh kudu nyadhari dene Panjenengan nduweni wujuding panguripan saiki iki sing digawa bebarengan karo sakabehing kahanan sing nyengkuyung banget, kahanan njaba utawa uga kahanan njero. Panjenengan ora samesthine nampa tembung-tembung iki ngono bae nalika Panjenengan ngrungokake – gatekake apa sing Panjenengan darbeni lan sawang, tuladhane, dene Panjenengan nduweni kahanan kahanan njaba sing nguntungake banget , sing nudhuhake ing kasunyatan nduweni kulawarga sing becik, kanca, lan penggaweyan sing becik kanthi pangasilan sing becik uga, lan sakpiturute. Saka sudhut kahanan kahanan njero sing nguntungake, salah siji sing paling wigati iku kasunyatan dene ora dumadine kahanan lara sing nemen nganti



Panjenengan ora bisa kanggo mikir lan mbatin. Kahanan liyane iku nduweni kabisan kanggo mangerteni lan nyadhari arti saka tembung-tembung sing njlentrehake bab Dharma amerga Panjenengan wis nyinaoni, terdidik, lan mula saka iki nduweni kabisan sing becik kanggo mangerteni Dharma. Luwih adoh maneh, kesengseman Panjenengan tumrap Dharma uga wigati banget. Prekara iku cetha banget amerga menawa ora, banjur Panjenengan ora bakal ana ing kene. Ing sudhut liyane, kita meruhi akeh wong sing nduweni kewarasan sing becik, kulawarga sing becik, penggaweyan sing becik lan katone ana ing kahanan sing stabil banget, nanging dheweke ora nduweni kesengseman ing Dharma utawa prekara-prekara kahanan kebatinan babar blas. Mula saka iku, kanggo dheweke, ora ana bisa uga kanggo nindakake lelakon kahanan kebatinan. Amerga dheweke ora nduweni dalan ing pituduhe Sang Buddha, dheweke ora bisa nggunakake, lan iki amerga alesan sing prasaja yaiku, dheweke pancen ora kesengsem babar blas. Umpamane menawa Panjenengan nutup lawang kamar, Panjenengan mbetengi dhiri Panjenengan dhewe kanggo mlebu menyang njerone. Nanging, iki dudu prekarane Panjenengan; Panjenengan kabeh wis mbukak lawang kanggo Dharma amerga Panjenengan kesengsem kanthi tulus tumrape ati.

Ing panguripan Panjenengan saiki, Panjenengan nduweni saweneh kahanan tartamtu kang nguntungake sing teka bebarengan. Nanging, aja bayangke dene iku iku panggayuhan sing gampang, jalaran arang banget lan angel yen sakabehing kahanan iki teka bebarengan. Iku jalarane ing *Dhasar Sakabehing Kabecikan*, Je Rinpoche matur, ‘*Saiki kanggo sekali iki Aku nduweni*



*wujuding panguripan [minangka manungsa] sing nguntungake banget , kebak kanthi kasempatan...'* lan sakpiturute. Iki jarwane kaya-kaya Panjenengan nggayuh panguripan iki lan amung bakal pikanbab sepikanan iki bae. Panguripan iki arang banget lan wigati. Panjenengan kudu nyadhari dene angel banget kanggo anbab wujuding panguripan kaya sing Panjenengan darbeni saiki kanthi sakabehing kahanan sing nguntungake.

Panjenengan uga kudu mangerteni jinis kabisan sing cumepak kanggo dhiri Panjenengan. Ing panguripan saiki, Panjenengan mesthi bae bisa nggayuh kabagjan kanggo dhiri Panjenengan dhewe ing panguripan wektu iki. Nanging, Panjenengan uga bisa mastekake dene Panjenengan nduweni klairan sing padha karo panguripan sing bakal tumeka. Maneh, menawa Panjenengan bener-bener nggunakake, Panjenengan uga bisa mardikakake dhiri Panjenengan dhewe kanthi mesthi saka samsara lan anbab pamardikan. Luwih adoh maneh, iku prekara sing uga bisa kanggo nyatakake Kabuddhan ing dhasar klairan Panjenengan saiki iki. Mula saka iku, sawimangerteni dene klairan kaya sing Panjenengan darbeni saiki yaiku angel banget kanggo sing dientuki; lan maneh, panguripan iki menahi kasempatan lan kabisan sing gedhe kanggo Panjenengan, Panjenengan kudu nggawe kandhegan sing teguh kanggo nggawe panguripan iki kanggo nggayuh tujuwan sing luwih dhuwur lan ora sathithik uga nyia-nyiakake.

Saweneh taun wis liwat ing panguripan saiki lan wektu sing wis liwat ora bisa maneh. Meski kaya mangkono, isih ana wektu menyang ngarep kanggo Panjenengan lan wigati banget kanggo



mikirake kepiye Panjenengan bakal nggunakake. Panjenengan saiki kudu mastekake dene Panjenengan bakal nggunakake sisaning urip Panjenengan. Ana saweneh bisa uga; menawa Panjenengan isih nduweni saweneh taun tartamtu, banjur Panjenengan bisa nggawe wektu iki kanggo nggayuh Kabuddhan kanggo keperluwane sakabehing jalma. Menawa Panjenengan nduweni wektu sing luwih sathithik, Panjenengan isih bisa nggayuh apa sing wigati ing urutan-urutan dalam kanggo jalma kang nduweni kekarepan agung, Mahayana, kanthi nyadhari batin kasampurnan utawa bodhicitta sing wigati ing urutan-urutan tanpa upaya. Bakal wurung prekara kasebut, menawa Panjenengan nduweni wektu sing luwih sathithik lagi, amung kari saweneh sasi lagi kanggo urip, Panjenengan kudu ngupadi sakuwat tenaga kanggo ngedohi ceblok ing alam sangsara ing panguripan sing bakale kagayuh mengko, kanthi nyucekake sakabehing kekleruwane Panjenengan lan Panjenengan prelu nggladhi nekakake sakabehing jalaran kanggo panggayuhan klairan sing luwih dhuwur, kaya sing Panjenengan darbeni saiki, kanggo panguripan sing bakal kagayuh. Panjenengan sing dientuki takon menyang dhiri Panjenengan dhewe “*Saiki, apa bener-bener bisa kanggo nggayuh tujuwan-tujuwan iki?*” Wangsulane iku YA. Kena apa kok ngono? Amerga Panjenengan iku manungsa lan mula saka iki nduweni batin manungsa sing sejatine nduweni kekuwatan tanpa wates. Menawa Panjenengan ngembangake daya, Panjenengan bisa nggayuh tujuwan apa baesing Panjenengan tetepake. Kaunggulan saka batining Panjenengan luwih gedhe saka wujuding panguripan liyane.



Saben manungsa nduweni kabisane dhewe-dhewe lan nduweni daya kanggo miwitine. Panjenengan bisa nggawe paribasan mot-motan sing bisa digawa dening kewan. Menawa Panjenengan nyawang gajah, dheweke bisa ngemot mot-motan sing abot banget. Dibandhingake karo apa sing bisa diemot dening gajah, jaran bisa ngemot luwih sathithik, nanging dheweke tetep bisa ngemot cacah sing luwih gedhe. Kabisane wedhus kanggo ngemot mot-motan luwih cilik tinimbang jaran, nanging tetep bae kita bisa ngarani mot-motane wedhus. Saiki, tikus ora sakuwat wedhus lan dheweke amung bisa ngemot saweneh gram mot-motan sing bisa diemot wedhus, nanging tetep ana kabisan kanggo ngemot. Ayo kita gatekake semut. Dheweke mesthi bae kewan sing cilik nanging Panjenengan uga weruh dene semut cukup kuwat, bandhingane antarane bobot badan jasade karo kabisane kanggo mindhahake barang sing bobote luwih gedhe menyang endi-endi – ora bisa dibandhingake karo tikus lan kalah sathithik karo gajah. Senajan kaya mangkono, tikus nduweni kabisane dhewe kanggo ngemot barang.

Prekara sing padha uga linaku marang Panjenengan kabeh ing kene. Panjenengan nduweni kabisan lan daya sing beda-beda. Senajan beda-beda, Panjenengan kabeh nduweni daya lan kasempatan kanggo nggayuh apa bae. Menawa Panjenengan ora nggawe daya sing Panjenengan darbeni, banjur dayaning iki bakal kasiya-siya lan yaiku prekara sing ngisin-ngsini banget. Dadi, Panjenengan kudu mbatek inti saka klairan Panjenengan saiki; sing nduweni arti Panjenengan kudu nggawe apa bae urutan kabisan sing Panjenengan darbeni. Menawa dayane gedhe, Panjenengan bisa



ngrampungake prekara sing gedhe, ora amung kanggo keperluanane Panjenengan dhewe, nanging kanggo keperluanane saweneh jalma uga. Menawa kabisan Panjenengan luwih cilik saka iku, tetep isih ana apa bae sing bisa Panjenengan gayuh mangkat saka kabisan Panjenengan. Menawa kabisan Panjenengan luwih cilik maneh, mesthine isih tetep ana apa bae sing bisa Panjenengan gayuh, sing ora amung mbiyantu dhiri Panjenengan dhewe nanging uga sing liya.

Kepiye Panjenengan nggladhi marang tujuwan-tujuwan iki? Prekara iki bener-bener gegayutan karo gegladhen kanggo ngupaya ngembangake pikiran Panjenengan. Iki nduweni rong prekara. Wiwitan, kanthi sakuwat tenaga Panjenengan kudu ngurangi apa sing ala ing dhiri Panjenengan – ngupaya kanggo ngurangi kamurkan utawa sipat ora sabaran, nggladhi ngrantasi sipat sujana, kadarbenan, kacublukan, lan sakpiturute. Prekara liyane iku nggladhi ngembangake kualitas-kuwalitas becik sing durung Panjenengan kembangake, kaya rasa tresna, welas asih, sumeleh, upaya kanthi daya, kawicaksanaan, lan sakpiturute. Kanggo nggladhi dhiri ing prekara iki, Panjenengan prelu gumantung Ing ajaran Sang Buddha, sing kaya wis Panjenengan weruhi, ambane amba banget. Senajan kaya mangkono, surasa saka sakabehing ajaran Sang Buddha sing gentur diringkes ing wejangan sing disebut ‘urut-urutan dalam tumuju kasampurnan kanggo katelu jinis jalma’ utawa uga diweruhi minangka Lamrim. Ing cara sing jangkep iki, kita saiki wis teka ing babagan ‘pangayoman’ (*Trisarana*).

Amerga aku mulangake Dharma ing papan panggonan iki kanggo wiwitane, banjur prekara sing becik yen ajaran





Lamrim-nya minangka ajaran sing jangkep. Kanggo alesan iki, aku bakal menehi piwulang lisan teks *Wejangan-wejangan Guru sing Wigati*, minangka garis agung saka Lamrim. Kaya sing wis dijlentrehake wingi, penting banget kanggo ngrungokake ajaran kanthi kekarepan sing becik. Mula saka iku, menawa Panjenengan iku buddhis, Panjenengan samesthine mikir dene panemu sejati Panjenengan iku kanggo mardikakake sakabehing jalma saka panandhang dheweke lan kanggo nyiptakake kahanan kabagjan sing sejati kanggo dheweke. Kanggo alesan kasebut, Panjenengan kudu nggladhi tumuju panggayuhan Kabuddhan, lan kanggo alesan iki Panjenengan bakal ngrungokake Dharma kanthi niat kebak bakal nindakake. Menawa dudu buddhis, Panjenengan kudu ndeleng dene Panjenengan nduweni klairan minangka manungsa sing menehi kasempatan gedhe kanggo Panjenengan kanggo nggunakake, ora amung kanggo keperluan Panjenengan dhewe, nanging uga supaya migunani kanggo sak akeh-akehe jalma. Kanthi alesan iki Panjenengan bakal ngrungokake ajaran.

*[Piwulang Lisan]*

## **Apa sing Dimaksud kanthi Nyebut Dene Wong iku minangka ‘BUDDHIS’**

Babagan kita ing kene iku ‘pangayoman.’ Ana akeh babagan wigati ing Dharma, nanging pangayoman bisa disebut babagan sing wigati banget. Ing garis-garis agung Lamrim, ‘pangayoman’ wis dijlentrehake minangka lawang gerbang unggul kanggo mlebu Dharma. Sejatine, prasarat kanggo mastekake apa iku buddhis utawa dudu gumantung ing apa pangayoman wis ana ing dhiri



--\*--SERAT PANGAYOMAN--\*

pribadine. Sing kalairake ing negara buddhis utawa kulawarga buddhis, diagungake minangka buddhis, lan nganggep dhiri dheweke minangka buddhis. Dheweke nduweni urutan kapitayan tartamtu tumrap telu sotya (Triratna). Nanging, apa dheweke bener-bener buddhis sajangkepe utawa dudu, sakabehing iki bakal gumantung ing apa dheweke nduweni lelakon sing murni kanthi njupuk pangayoman marang Triratna ing dhiri dheweke. Ora cukup kanggo nyebut awake dhewe buddhis amung amerga kanthi budaya utawa adat sing dheweke enggo ing cara buddhis kang ‘murni’.

Seperangan gedhe saka Panjenengan sing ana ing kene matur dene Panjenengan iku buddhis. Nanging, kaya sing wis Panjenengan sawang saiki, dudu amung pendidikan buddhis utawa tumindak tumindakbudaya sing nyengkuyung Panjenengan buddhis. Sabanjure, prekara kasebut gumantung ing apa perlindungan saka tumindak pangayoman Panjenengan ana ing dhiri Panjenengan utawa ora. Senajan Panjenengan bisa bae ndadekake kaya-kaya Panjenengan wis pangayoman, nanging menawa lelakon njupuk perlindungan Panjenengan ora sekebak ati utawa ora murni, banjur Panjenengan ora bakal dadi buddhis sing sejatine. Akeh sing mikir dene njupuk perlindungan Ing dhasare amung arupa tumindak nelangkupake kaloro tangan ing papan pamujan lan mbaleni tembung-tembung pangayoman – “*Aku njaluk pangayoman marang Buddha, aku njaluk pangayoman marang Dharma, aku njaluk pangayoman marang Sangha*”. Kanthi tumindak kaya mangkono, mesthi bae pancen nyatakake pangayoman, nanging iku bae ora cukup kanggo matur dene Panjenengan bener-bener nduweni lelakon pangayoman



sing sejatine. Kaya sing wis kita ucapake, nalika Panjenengan ngaturake gatra-gatra pangayoman lan ngrasakake urutaning kapitayan tartamtu ing Triratna, prekara kaya mangkono minangka lelakon prasaja saka pangayoman, nanging dheweke ora sajangkepe ngayahi sarat lelakon pangayoman sing murni.

## **Jalaran Apa sing Kudu Diandelake Nalika Njupuk Pangayoman**

Supaya tumindak pangayoman sing prasaja bisa nyengkuyung lelakon njupuk perlindungan sing murni, Panjenengan prelu nduweni rong jalaran pangayoman sing murni. Iki jalarane kena apa ing antarane lima babagan pangayoman, babagan wiwitan iku *'jalaran apa sing kudu diandelake nalika njupuk perlindungan.'* Supaya lelakon pangayoman nyengkuyung murni, Panjenengan kudu nduweni jalaran sing murni ing dhiri Panjenengan saksuwene njupuk perlindungan. Menawa Panjenengan orane kakakake kanthi bebarengan loro jalaran pangayoman sing murni iki, Panjenengan tetep bisa pangayoman, nanging iku amung lelakon pangayoman sing prasaja.

Kanthi umum, ana loro jinis perlindungan – wiwitan, pangayoman sing gegayutan marang sakabehing buddhis; kaloro, njupuk perlindungan kanthi cara Mahayana. Rong jalaran sing dibutuhake kanggo sakabehing buddhis umume kanggo njupuk perlindungan iku: wiwitan, wedi marang panandhang ing alam kang cethek utawa samsara Ing umume; kaloro, pangertenan dene *Triratna* nduweni kabisan sing sampurna kanggo ngayomi Panjenengan saka panandhang kasebut. Kanthi ukara liya, menawa nduweni rasa wedi kasunyatan kudu nindakake panandhang ing alam kang



--SERAT PANGAYOMAN--

cethek, banjur wong kasebut wis nduweni salah siji saka loro jalaran pangayoman ing awake dhewe. Supaya perlindungan nyengkuyung lelakon Mahayana sing selaras kanthi tunggangan gedhe, banjur wigati kanggo nambahake jalaran sing katelu yaiku welas asih agung - welas asih anggon Panjenengan ngrumangsani dene panandhang para jalma ing alam kang cethek lan samsara iku apa bae sing ora nguwati. Jarwane, nalika Panjenengan wis bisa ngrasakake dene bisa uga Panjenengan bakal ngrasakake panandhang ing alam kang cethek lan Panjenengan nyengkuyung penderita saka saweneh panandhang ing samsara umume iku apa bae sing ora nguwati kanggo Panjenengan dhewe, semono uga panandhang jalma urip liya uga ora nguwati, lan ya iku sing dimaksud kanthi welas asih. Kaya sing wis kita ucapake sadurunge, jalaran kaloro sing kanggo sakabehing buddhis iku pendhirian sing teguh, yaiku menawa Panjenengan ndeleh kapitayan ing *Tiriatna*, dheweke nduweni daya kanggo ngayomi Panjenengan saka panandhang-panandhang iki.

Panjenengan bisa uga takon-takon, kena apa kita prelu ngrumangsani wedi utawa ngeri kanggo bisa njupuk perlindungan. Prekara iki bakal cetha nalika Panjenengan nyawang arti saka ukara '*njupuk perlindungan*' utawa '*pangayoman*.' Nalika njupuk perlindungan, Panjenengan golek perlindungan saka apa bae; menawa Panjenengan ora ngrumangsani mbutuhake kalindhungi saka apa bae, kena apa kok pangayoman? Amerga Panjenengan ngrumangsani wedi bakal nandhang ing alam kang cethek utawa samsara ing umume, banjur Panjenengan golek cara/cara sing bisa ngayomi Panjenengan saka dheweke.



Menawa Panjenengan ora ngrumangsani wedi, padha kaya nalika Panjenengan lagi bae ing kewarasan sing sampurna lan ora lagi bae lara, banjur ora prelu kanggo golek pangusada. Mula saka iku, nalika aran '*lunga golek pangayoman*' dienggo, Panjenengan golek perlindungan utawa beteng saka apa bae; menawa ora ana apa bae sing nggegirisi Panjenengan lan ora ana resiko dumadi apa bae sing ora Panjenengan karepake, banjur ora prelu golek saweneh wujud ing perlindungan utawa njupuk perlindungan. Nanging, amerga Panjenengan ngrumangsani wedi bakal apa bae sing ala utawa apa bae sing ora Panjenengan karepake, banjur Panjenengan golek cara kanggo ngayomi dhiri saka dheweke.

### **Telu Cara Njupuk Perlindungan**

Jinis kaweden sing Panjenengan darbeni bisa uga ing urutan sing beda-beda. Seana gegayutane karo iku, banjur ana telu cara beda-beda ing njupuk perlindungan. Iki ana gegayutane karo urutan-dalan kanggo jalma kang nduweni kekarepan wiwitan, kekarepan sedhengan, lan kekarepan agung kanthi urutan. Menawa ngrasakake kaweden sing mening Ing pamikiran kudu nindakake panandhang ing alam kang cethek, lan mulane golek cara kanggo ngedohi panandhang kasebut ing mangsa sing bakal kagayuh kanthi gumantung ing *Triratna*, banjur cara njupuk perlindungan kaya mangkono ana gegayutane karo jalma berdayaning cilik. Ing prekara iki, wong kasebut amung wedi marang panandhang ing alam kang cethek lan ora nduweni kesadharan sejatine bakal nandhang samsara ing umume. Mula saka iku, kawigaten wiwitan mula mastekake dhiri anbab klairan ing alam dhuwur ing samsara



ing panguripan sing bakal kagayuh. Mula saka iku, wong iki matesi kawigatene kanthi panandhang ing alam kang cethek lan maremake awake dhewe dhewe kanthi panemu amung ngedohi prekara iku bae lan nggayuh kabagjan ing alam sing luwih dhuwur ing samsara. Dheweke ora bisa membayangke apa bae sing luwih gedhe.

Banjur, ana bisa uga nduweni kesadharan sing luwih amba. Ing prekara iki, dheweke tetep bakal wedi marang panandhang ing alam kang cethek, nanging dheweke uga wedi panandhang samsara ing umume. Kena apa kok ngono? Amerga dheweke nyadhari dene senjata dheweke bisa uwal saka panandhang ing alam kang cethek ing klairan sing bakal kagayuh, menawa amung njupuk klairan ing alam sing luwih dhuwur di klairan sing bakal kagayuh, dheweke isih tetep ing samsara, lan mula saka iki kudu ngrasakake saweneh wujud kasangsaran ing samsara, diwiwiti saka nandhang lair, tuwa, lara lan mati. Mula saka iku, dheweke nyadhari dene kahanane adoh saka maremake lan dheweke ndeleng dalam metu sejati Siji-sijine kanggo anbab kamardikan jangkep saka kasangsaran iku mardikakake awake dhewe dhewe saka samsara sajangkepe. Kanthi kaya mangkono, dheweke wedi bakal nandhang samsara ing umume, padha gedhene kanthi Kawedene marang panandhang ing alam kang cethek.

Ing prekara sing wiwitan, wong kasebut amung nguwatirake panandhang ing alam kang cethek lan bener-bener nduweni kekarepan kanggo ngedohi prekara iku. Dheweke wis marem menawa bisa anbab kabagjan ing alam luwih dhuwur ing samsara. Ing prekara kaloro, wong kasebut sadhar marang panandhang ing alam kang cethek sing gedhe banget lan nggegirisi, semono uga



kanthi panandhang samsara kanthi umum. Dheweke nyadhari dene senajan dheweke anbab klairan minangka manungsa, dheweke tetep bakal ngadhepi panandhang lair, tuwa, lara, lan mati. Wong jinis wiwitan ora bisa kanggo mangerteni iki sakabehing minangka panandhang. Wong kaloro wis bisa lan nyadhari dene senajan dheweke kalairake minangka *ashura* utawa jalma setengah dewa, dheweke uga bakal ngrasakake panandhang, utamane ing wujuding kasujanan sing nggegirisi. Maneh, uga menawa kalairake ing samsara minangka dewa ing alam luwih dhuwur, kaya dewa ing alam wujud lan tanpa wujud; senajan kanthi sawetara dheweke ngedohi wujuding panandhang nyata apa bae, nanging dheweke isih durung metu saka prekara amerga cepet utawa alon, klairan kaya iku bakal rampung. Amerga dheweke durung mardikakake awake dhewe dhewe saka samsara, dheweke bakal ora bisa nyelak saka ceblok ing alam kang cethek lan kudu nindakake panandhange. Amerga iku, wong iki nyadhari dene ora peduli wujuding panguripan kaya apa bae sing bisa uga diduweni ing samsara, ora ana kamardikan saka panandhang, lan dalam metu Siji-sijine iku mardikakake awake dhewe dhewe saka samsara. Kanthi tujuwan kasebut ing batine, dheweke pangayoman lan golek perlindungan ing *Triratna*. Tujuwan wong jinis kaloro ing pangayoman iku golek perlindungan saka panandhang samsara ing umume, kanthi niat ing batin amung kanggo mardikakake awake dhewe saka samsara, kanthi nggayuh pamardikan. Kanthi ukara liya, dheweke amung mikirake awake dhewe.

Cara mikir jalma kang nduweni kekarepan sedhengan mesthi bae sansaya amba saka jalma kang nduweni kekarepan wiwitan,



senajan dheweke sajangekepe isih egois. Maneh, cara mikir jalma kang nduweni kekarepan sedhengan sansaya selaras kanthi kasunyatan dibandhingake kanthi cara mikir jalma kang nduweni kekarepan wiwitan. Jalma sing wiwitan bisa maremake awake dhewe dhewe kanthi klairan ing alam sing luwih dhuwur, amerga dheweke ora saguh nyadhari dene klairan sing luwih dhuwur tetep bae nggawa panandhang tanpa pungkasan. Mula saka iku, cara mikire kurang padha karo kahanan sejatine. Cara mikir jalma kang nduweni kekarepan sedhengan luwih nyata-nyata amerga dheweke wis nyadhari dene saksuwene isih manggon ing samsara, banjur ora bisa uga kanggo ngrasakake kabagian sing sejati, uga kasunyatan dene dheweke bakal terus sangsara. Senajan kaya mangkono, pangertenane isih kewates kanggo awake dhewe dhewe lan dheweke ngrumangsani kahanane dhewe sing ora nguwati.

Jalma jinis katelu iku jalma agung. Pangertenan dheweke sansaya amba maneh. Dheweke saguh ndeleng, ora amung kahanane dhewe ing samsara sing ora nguwati, nanging uga kahanan sakabehing jalma ing samsara iku padha ora nguwatinya. Mula saka iku, kanthi rasa welas asih sing agung banjur dheweke uga golek perlindungan saka panandhang samsara. Jalma jinis katelu nyadhari dene kejaba panandhange dhewe kudu dirampungake, dheweke uga kudu mungkasi panandhang jalma liya, mung amerga iku sakabehing iku panandhang. Mula saka iku, ambane cara mikire sansaya amba.

Mula saka iku, kita wis ndeleng kanthi cetha dene, Gegandhengan karo urutan kaweden sing diduweni minangka jalaraning perlindungan, banjur ana telu cara njupuk





perlindungan. Minangka pandhemen Mahayana, cara njupuk perlindunganane kudu ngandhut katelu jinis kaweden. Kanthi ukara liya, nalika pangayoman, kang wiwitan Panjenengan kudu sakuwat tenaga ngrasakake kaweden marang panandhang alam kang cethek. Menawa Panjenengan ora nduweni urutan kaweden pemicu wiwitan kasebut, yaiku panandhang ing alam kang cethek, banjur Panjenengan ora bakal bisa nggugah rasa wedi marang panandhang samsara kanthi sakabehe. Sabanjure, menawa Panjenengan ora nduweni kaweden marang panandhang samsara kanthi sakabehe ing magepokan karo dhiri Panjenengan dhewe, banjur Panjenengan ora bakal bisa nggayuh urutan katelu, sing endi ngbungake rasa wedi marang panandhang samsara kanthi sakabehe kasebut ora amung tumrap dhiri Panjenengan dhewe, nanging Ing sakabehing jalma urip, lan mula saka iki njupuk perlindungan minangka pandhemen Mahayana ing cara sing katelu. Nanging, kaya sing diucapake, Panjenengan kudu miwiti saka wiwitan, amerga sing wiwitan iku dhasar kanggo sing kaloro; lan sing kaloro iku dhasar kanggo sing katelu. Mula saka iku, wigati banget kanggo Panjenengan kanggo wiwitan nggugah rasa wedi bakal nandhang ing alam kang cethek iki lan kekarepan kanggo mardikakake dhiri saka dheweke. Nanging, kekarepan kasebut dudu didhasari alesan sing egois, ing kono Panjenengan golek cara kanggo ngayomi dhiri Panjenengan dhewe saka panandhang-panandhang kasebut.

Kanthi mangerteni surasaning panandhang ing alam kang cethek, banjur Panjenengan bisa nggugah rasa wedi sing sejatine tumrap dheweke. Nanging, pangertenan sing padha ugalah sing



bakal mbiyantu Panjenengan nggugah welas asih agung menyang sakabehing jalma, sing wektu iki lagi bae ngrasakake panandhang nggegirisi ing alam kang cethek. Nalika Panjenengan nduweni rasa wedi sing murni Ing kasunyatan dene Panjenengan kudu ngrasakake panandhang ing alam kang cethek, banjur prekara kasebut bakal nglandhepi kawaspadan Panjenengan marang panandhang kasebut. Panjenengan uga bakal kanthi gampang mikirake jalma-jalma sing saiki lagi bae ngrasakake panandhang sing padha. Banjur, saka kesadharan kasebut, kanthi rasakake bakal tuwuh rasa welas asih kanggo dheweke; rasa sing ora nguwati amerga dheweke kudu ngrasakake panandhang-panandhang iki. Prekara sing padha persis linakunalika Panjenengankaseranglelaratartamtu. Sawisengrasakake pengalaman kasebut, nalika ndeleng wong liya banjur lara kanthi lelara sing padha, kanthi rasakake Panjenengan bakal mangerteni sakabehing rasa lara lan pengalaman sing lagi bae dirasakake wong kasebut. Adhedhasar pengalaman Panjenengan dhewe bakal prekara kasebut, Panjenengan bakal luwih bisa mangerteni lan ngrasakake luwih akeh welas asih kanggo panandhang wong kasebut.

Conto liyane, menawa Panjenengan ngrasakake prekara dhuwit sing gedhe, kaya kelangan penggaweyan utawa ngrasakake kukut. Nalika Panjenengan bener-bener mangerteni kaya apa rasane ana ing kahanan kaya iki, bener-bener ngadhepi prekara ing golek pangasilan kanggo urip; menawa banjur Panjenengan bisa metu saka prekara kasebut lan kasil nggayuh kahanan sing luwih becik, banjur adhedhasar pengalaman pribadi Panjenengan, nalika Panjenengan ndeleng se ngrasakake prekara sing padha, pengalaman kasebut



bakal nggawe beda agung kanggo cara Panjenengan ngrasakake prekara dheweke. Panjenengan bakal luwih melu ngrasakake tumrap dheweke amerga Panjenengan dhewe wis liwat. Menawa Panjenengan ora nate ngrasakake kahanan kaya mangkono, nalika Panjenengan meruhi wong liya ing prekara, mesthi bae Panjenengan ngrumangsani sedih nanging ora bakal padha kaya rasa wong wiwitan mau sing wis nate ngrasakake prekara sing padha.

Iki jalaran kena apa cara wiwitan saka Lamrim kudu mbatinake panandhang ing alam kang cethek lan nggugah rasa wedi utawa ngeri palane. Iki jalarane uga kena apa Nagarjuna sing Agung matur, '*Saben dina tanpa kandheg, kita kudu mbatinake panandhang nggegirisi Panas lan adhem ing neraka.*' Kanggo alesan iki uga banjur Sang Buddha mulangake dene Roda Panguripan kudu digambar ing sisih lawang wihara. Ing Roda Panguripan, ana lukisan sing nggambarake panandhang di telu alam kang cethek. Nagarjuna mulangake dene saben dina Panjenengan kudu ngelingi panandhang nggegirisi saka Panas lan adhem ing alam kang cethek. Tujuwane yaiku menahi asil ing ngrantasi kapriatinan lan tumindak melu-melu ing panguripan saiki iki bae, sarta ngrantasi reribed amerga kawigaten Panjenengan semono gampang kaalihake. Amerga Panjenengan nduweni kadarbenan sing agung tumrap saweneh prekara ing panguripan iki, banjur Panjenengan gampang kajebak kanthi saweneh prekara sing ana gegayutane karo wektu iki bae. Jalaran iku, menawa Panjenengan bisa ngelingake dhiri Panjenengan dhewe marang panandhang ing alam kang cethek, banjur prekara kasebut bakal ngasilake asil penenang kanggo



--SERAT PANGAYOMAN--

kadarbenan Panjenengan ing saweneh prekara sing nyenengake ing panguripan saiki. Yen kadarbenan Panjenengan kuwat banget, nganti senjata Panjenengan ngelingi panandhang ing alam kang cethek Ing kleru sawijining dina nanging menawa Panjenengan ora nindakake ing dina sabanjure, banjur kanthi sigra kapriatinan sing kuwat lan tumindak melu-melu kanthi saweneh prekara saka panguripan saiki iki bakal ngganti, lan kawigaten Panjenengan uga bakal kaalihake. Mula, Panjenengan prelu ngelingake dhiri Panjenengan dhewe marang panandhang iki, kanthi makaping-kaping.

Banjur saka iku, pambatinan marang panandhang ing alam kang cethek ora amung diditindakake dening jalma berdayaning cilik, nanging uga disemedikan dening dheweke sing dimaksud ing Lamrim, kanthi ukara liya, jalma sing nduweni tumindak tumindakMahayana. Babagan semedine padha lan cara mbatinake uga padha; sing owah iku tujuwan di manehk semedine. Jalma dayaning cilik bakal mbatinake minangka dhasar kanggo lelakon njupuk perlindungan dheweke, kanthi pangajab kanggo anbab klairan sing luwih dhuwur, tanpa panemu apa-apa maneh. Sawetara kanggo dheweke sing dimaksud dening ajaran Lamrim, lelakon mbatinake panandhang ing alam kang cethek nduweni tujuwan sing beda-beda.

Kanggo nerusake perbandingan antara jalma dayaning kang cethek lan dheweke sing nduweni tumindak tumindakMahayana — kayadene sing dimaksud ing Lamrim — adhedhasar pangertenan dheweke marang panandhang ing alam kang cethek, kalorone bisa panemu kanggo anbab klairan sing luwih dhuwur ing samsara, nanging sepisan maneh, dudu kanggo alesan sing padha. Jalma



dayaning kang cethek sing nyadhari dene panandhang ing alam kang cethek nggegirisi lan kanthi nyadhari kasunyatan kudu ngrasakake panandhang iki banjur golek klairan ing alam sing luwih dhuwur amung bertujuwan kanggo uwal saka panandhang kasebut, dudu kanggo tujuwan liya. Sawetara iku, penggladhi Lamrim uga sing dientuki ndedonga lan panemu kanggo klairan sing luwih dhuwur, kaya klairan minangka manungsa sing mardika lan beja; nanging iki dudu tujuwan sing paling dhuwur kanggo dheweke, ananging amung tujuwan sawetara. Dheweke nduweni niat dene menawa ing panguripan iki dheweke ora kasil nyatakake Kabuddhan kanggo kabecikan sakabehing jalma, banjur dheweke kudu nerusake ing panguripan sing bakal kagayuh. Dheweke ndedonga kanggo anbab wujuding klairan sing luwih dhuwur, supaya bisa nerusake lelakon dheweke kanthi pangajab nyatakake Kabuddhan. Mulane, tujuwan saka pangarep-arep anbab klairan sing luwih dhuwur ing prekara yaiku sajangkepe beda-beda.

Sepisan maneh, kanggo penggladhi sing dimaksud ing Lamrim, dheweke ora sing dientuki amung mbatinake panandhang ing alam kang cethek, nanging uga klebu panandhang ing samsara kanthi sakabehe. Alesane mesthi bae, menawa dheweke ora mardikakake dhiri dhewe saka panandhang samsara kanthi sakabehe, banjur dheweke bakal terus ngrasakake. Banjur saka iku, dheweke mbatinake panandhang samsara kanthi sakabehe kanggo nggugah rasa wedi kasebut, yaiku panulakan tumrap samsara kanthi sakabehe uga panemu kanggo pamardikan utawa nirwana. Nanging, tujuwan kanggo nggugah kuwalitas-kuwalitas iki, sepisan maneh, beda-



beda saka jalma sing nduweni daya sedhengan. Penggladhi Lamrim nyadhari dene menawa dheweke ora bisa mangerteni panandhange dhewe ing samsara kanthi sakabehe, kanggo banjur nggugah rasa wedi tumrape, nyelaki, lan panemu tumuju pamardikan; banjur ora ana bisa uga kanggo dheweke kanggo njangkah menyang urutan sabanjure, yaiku nggugah welas asih kanggo sakabehing jalma.

Dadi jalma sing nduweni daya sedhengan lan jalma sing dimaksud ing Lamrim persis nindakake semedi sing padha ing panandhang samsara. Nanging, tujuwan dheweke nindakake semedi iki beda-beda. Jalma sing nduweni daya sedhengan mbatinake panandhang iki kanggo nggugah panulakan tumrap samsara lan nyatakake kamardikan pribadi sing jangkep saka samsara. Mulane, tujuwan dheweke asipat pribadi lan ora ana gegayutane karo dheweke uga. Kanggo pandhemen Lamrim, senjata cara dheweke mbatinake panandhang samsara Ing umume iku padha, nanging alesan kang ana ing walike beda-beda. Dheweke uga pengin nyatakake panulakan sing murni saka samsara. Nanging, dheweke nyadhari dene amung nalika dheweke bener-bener mangerteni surasaning panandhang samsara ing kaitan kanthi dhiri dheweke dhewe (nalika dheweke nduweni rasa sing murni dene kahanan samsara dheweke dhewe ora nguwati) banjur dheweke bisa bener-bener mangerteni panandhang jalma liya ing samsara; lan banjur dheweke bisa nggugah kekarepan, ora amung kanggo mardikakake dhiri dheweke dhewe, nanging uga sakabehing jalma saka dheweke.

Kesimpulane, jalaran pangayoman sing bakal dituwuhake dening dheweke sing dimaksud ing Lamrim iku kaya mangkene:



Wiwitan, rasa wedi marang panandhang ing alam kang cethek  
Ing khusus lan rasa wedi kanthi panandhang samsara kanthi  
sakabehe; Kaloro, kapitayan dene *Tirratna* nduweni kabisan  
sampurna kanggo ngayomi saka panandhang-panandhang kasebut;  
Katelu, rasa welas asih tumrap sakabehing jalma, kanthi nyadhari  
panandhang dheweke ing samsara padha karo panandhang kita uga.

Gegandhengan karo semedi panandhang ing alam kang  
cethek, Panjenengan bisa uga mikir, “*Apa maksude mbatinake  
panandhang alam kang cethek? Saiki aku rak kalairake minangka  
manungsa dadi kena apa aku kudu mbatinake panandhang sing  
nggegirisi sing ora aku rasakake saiki? Kena apa meden-medeni  
awake dhewe kanthi apa bae sing ora tinalar?*” Wangsulane iku,  
senajan Panjenengan bisa nguwalake dhiri saka panandhang  
kasebut kanggo sawetara wektu, nanging ora jarwane Panjenengan  
wis uwal kanggo sak suwene. Sejatine, saben wektu ana bisa uga  
kanggo Panjenengan kanggo langsung ngrasakake panandhang  
kasebut. Dina kasebut bisa uga bakal teka luwih cepet saka sing  
Panjenengan kira. Senajan Panjenengan bisa nutup mata lan  
berpura-pura dene panandhang ing alam kang cethek dudu  
prekara Panjenengan, nanging iki dudu sikap sing nyata-nyata.  
Kena apa kok ngono? Amerga dhewe-dhewe saka Panjenengan  
nduweni jalaran sing beda-beda ing dhiri Panjenengan kanggo  
ngrasakake panandhang-panandhang iki, dadi Panjenengan bisa  
uga kudu ngrasakake luwih cepet saka sing Panjenengan bayangke.

Amerga Panjenengan nduweni sakabehing jalaran kanggo  
kalairake ing alam kang cethek, banjur amung mbutuhake siji saka



sakabehing jalaran kasebut kanggo mateng lan ngasilake asile, weruh-weruh Panjenengan wis kalairake ing kana. Panjenengan bisa uga takon-takon, “*Kena apa aku bisa nduweni jalaran kanggo kalairake ing alam kang cethek? Aku kok ngrumangsan ora nindakake prekara kaya mangkono.*’ Nanging, apa Panjenengan ora nate nesu, sujana, medhit, utawa srakah? Jinis pikiran kasebut ndayani Panjenengan kanggo nindakake saweneh tumindak. Bisa arupa tumindak badan jasad lan Panjenengan bisa uga didayani kanggo mateni, nyolong, utawa nindakake tumindak seksual sing ora pantes. Panjenengan bisa bae ngapusi, matur apa bae sing misahake wong-wong, matur prekara-prekara sing nglarani, utawa amung sak karepe ati nindakake akeh omongan sing ora ana gunane. Kepiye karo sipat srakah Panjenengan? Kekarepan Panjenengan kanggo nyulayani wong liya? Utawa panemu klerune Panjenengan? Bisa dipasthekake Panjenengan wis nindakake sakabehing iki.

Menawa kita ndeleng panguripan saiki, tanpa prelu nggatekake panguripan sing liya – ing panguripan saiki, nalika Panjenengan isih cilik, bisa uga Panjenengan ora mangerteni apa sing becik lan ala. Panjenengan ora ngerti babagan saweneh sipat pikiran sing beda-beda, kaya kamurkan utawa tumindak liyane, nganti Panjenengan nindakake saweneh prekara tanpa nyadhari dene iku sakabehing iku tumindak sing ala. Nanging, uga sawise saweneh wektu ing urip Panjenengan, nalika Panjenengan wis saguh nyinaoni luwih akeh babagan jinis-jinis tumindak sing kudu didohi lan sing kudu ditindakake; luwar saka kaweruh sing wis Panjenengan pikoleh, Panjenengan tetep bae nindakake akeh prekara ala,





mung amerga Panjenengan pancen nduweni kabiyasaan ala iki.

Ayo kita sawang nalika Panjenengan pengin nggugah rasa welas asih sing sejati. Panjenengan prelu lungguh lan semedi, nggawe kekuwatan pambatinan, panemu, lan konsentrasi. Sawise ngetokake upaya, Panjenengan bisa uga bisa nggugah apa bae. Senajan kaya mangkono, senjata Panjenengan liwat sakabehing upaya kanggo semedi lan sakpiturute, ora ana jaminan dene Panjenengan bisa nggugah rasa welas asih sing sejatine ing dhiri Panjenengan; yen bisa, iku amung setengahe bae lan dhewekerahkan amung menyang dheweke sing Panjenengan dhemeni, kaya kanca-kanca Panjenengan, wong-wong sing Panjenengan tresnani, lan sakpiturute. Iki babar blas ora jumbuh karo apa sing kita sebut minangka welas asih agung utawa welas asih sing amba sing klebu ing sakabehing jalma.

Saiki, ayo sawang sabanjure – nalika tuwuh wektune kanggo nesu, Panjenengan ora prelu lungguh, mbatin, nggawe kekuwatan panemu Panjenengan, lan ndeleng sakabehing alesan becik kanggo nindakake. Wektu saweneh kahanan teka bebarengan, kamurkan bakal bangkit kanthi dhewekan, tanpa upaya sathithik uga. Tuladhane, apa ana ing antarane Panjenengan kabeh sing kudu lungguh lan semedi kanggo nggugah kamurkan? Kamurkan ora mbutuhake semedi apa bae. Dheweke tangi kanthi dhewenan, tanpa sathithik upaya. Siji-sijine alesan kena apa ia bisa bangkit kanthi semono gampang amerga Panjenengan wis nandur kabiyasaan kanggo nesu lan wis mbiyasakake dhiri kanggo nesu. Maneh, prekara kasebut uga dijalari dening kacublukan sing gedhe mulane Panjenengan nesu. Mata kawicaksanan Panjenengan ora binuka lan



Panjenengan bakal wuta kahanan sing sejatine linaku. Panjenengan wurung ndeleng kepiye kamurkan nyulayani Panjenengan lan wong liya. Panjenengan wurung ndeleng asile nganti kacublukan uga nyengkuyung kabiasaan Panjenengan kanggo nesu.

Cara kanggo mangerteni pira akehe jalaran tumimbal laire ing alam kang cethek sing Panjenengan darbeni ing dhiri Panjenengan iku kanthi ndeleng cara Panjenengan tumindak ing panguripan saiki. Nalika teka wektune kanggo ngupaya nindakake apa bae sing becik, tuladhane, menawa Panjenengan nduweni janji dinaan, Panjenengan kerep nduweni tumindak tumindak kanggo ngupaya lan nindakake secepat bisa uga amerga Panjenengan luwih ngrumangsani prekara kasebut minangka jejibahan dibandhingake apa bae sing liya. Prekara sing padha kanggo jinis tumindak becik apa bae sing Panjenengan ditindakake. Panjenengan ngrumangsani angel banget lan kudu meksa dhiri kanggo nindakake apa bae sing becik. Sabanjure, nalika teka wektune nindakake apa bae sing kurang migunani, Panjenengan nindakake kanthi banget gampang. Nalika nindakake kabecikan, Panjenengan kurang semangat lan ora ana rasa suka cita sing sejatine kanggo prekara kasebut. Ing sudhut liyane, nalika nindakake tumindak ala, prekara kasebut tuwuh kanthi banget gampang lan ora mbutuhake upaya apa bae. Tuladhane, Panjenengan seneng sekali nindakake ing pocapan ora migunani (rasan-rasan) lan tembung-tembunge metu ngono bae saka mulut Panjenengan tanpa prelu ngupaya babar blas.

Nalika teka wektune kanggo turu bengi—wektu sing pas kanggo nindakake, Panjenengan bisa uga mbutuhake persiyapan



tartantu kanggo turu. Saweneh wong uga bisa uga mbutuhake ngombe jamu turu lan sakpiturute. Nanging, nalika teka wektu liya nalika Panjenengan ora samesthine turu—kaya wektu piwulang Dharma utawa sinau, Panjenengan ora mbutuhake upaya apa bae. Ora prelu ngombe jamu turu wektu iku lan sakabehe dumadi kanthi dheweyan. Iki kabeh dudu pertandha sing becik. Iki nandhakake dene Panjenengan nduweni karma akeh kang mbetengi ing batin Panjenengan, yaiku karma-karma ala sing mbetengi Panjenengan. Kanggo prekara turu ing wektu sing ora pas, sakabehe gumantung ing – kanggo wong-wong sing nglokro kanthi badan jasad utawa wis tuwa, ana alesan beda-beda kanggo dheweke kanggo turu saksuwene awan amerga badan jasad dheweke wis kelangan saweneh tenaga lan mula saka iki, dheweke luwih milih turu ing wektu sing beda-beda.

Gatekake betapa cethanya Panjenengan bisa ndeleng batin Panjenengan ing saweneh pertunjukan sing bisa uga wis Panjenengan delok ing tipi. Nalika Panjenengan pengin nekakake maneh kedadeyan-kedadeyan iki ing batin, ora ana panandhang sing nduweni arti. Panjenengan anbab wewayangan sing cetha ing batin Panjenengan, sakabehing apa bae persis kaya sing Panjenengan sawang. Saiki coba bayangke Sang Buddha. Apa wewayangannya cetha? Mokal Panjenengan bisa anbab wewayangan Buddha ing batin Panjenengan secetha kanthi pertunjukan sing Panjenengan delok sadurunge. Prekara sing padha linaku nalika Panjenengan pengin nggugah saweneh jinis kabecikan ing batin Panjenengan. Panjenengan bener-bener kudu ngupadi lan kanggo sak akehe wong apa bae tetep bae ora cetha. Kabeh iki minangka pertandha sing



cetha bakal kang mbetengi karma sing kuwat ing dhiri Panjenengan. Kurange kabiasaan sing becik ing semedi Panjenengan uga minangka pertandha dene Panjenengan ora nggawe kabiasaan mbatinake kabecikan lan mbiyasakake batin Panjenengan kanthi kabecikan.

Ing wihara *Dagpo Dratsang*, saweneh pituduh kerep diwenehake lan kadangkala dheweke nindakake kanthi disentak. Guru disiplin iku sing bakal menehi pituduh lan ngelingake para biksu. Wis minangka kabiasaan ing wihara kanggo dheweke kanggo matur, 'kanggo nindakake kabecikan utawa karma putih, dheweke kaya wong sing lagi nunggang jaran sing kesel menek gunung sing dhuwur. Nanging kanggo nindakake tumindak ala utawa karma hitam, dheweke gampang banyu sing mili mudhun saka gunung sing jeru.' Nalika Panjenengan nduweni jaran sing kuwat mandhega, sing wis kesel banget, bakal angel banget kanggo nggawe obah, utamane kanggo munggah gunung sing dhuwur. Ora preduli apa bae sing Panjenengan tindakake – nggitik, narik utawa ndayani, tetep bakal angel banget kanggo ngobahake jaran kasebut. Tumindak becik Panjenengan padha abote kaya ngongkon jaran kasebut munggah gunung. Nanging kanggo sikap ala, ora ana upaya sing dibutuhake lan ia dumadi gampang banyu sing mili mudhun ing grojogan ing gunung sing dhuwur. Kanthi cara iki, Panjenengan bisa mangerteni dene Panjenengan nduweni resiko gedhe kanggo kalairake maneh ing alam sing luwih kang cethek ing klairan Panjenengan sing bakal kagayuh.

Panandhang kalairake ing alam kang cethek banget nggegirisi lan angel kanggo bayangke. Tuladhane, menawa



Panjenengan nyawang nggegirisine Panas lan bayangke bakal kaya apa Panjenengan yen kudu ngrasakake rasa Panas kasebut ing panguripan Panjenengan saiki kanthi wujuding badan jasad Panjenengan saiki, banjur iku ora nguwati banget. Iki jalarane kena apa Arya Nagarjuna matur, “*uga amung ndeleng gambar saka alam neraka utawa amung ngrungokake bae wis bakal nggawe kita ora marem, apa maneh menawa bener-bener kudu ngrasakake panandhang kasebut?*” Apa Panjenengan ngrasakake panandhang kasebut kanthi badan jasad sing liya utawa kanthi badan jasad sing Panjenengan darbeni saiki, bakal padha bae amerga iku tetep badan jasad Panjenengan. Mula saka iku, saiki Panjenengan kudu mbatinake lan nggugah rasa dene paripeksa kanggo ngrasakake panandhang alam kang cethek iku apa bae sing nggegirisi. Saiki Panjenengan mbatinake dene Panjenengan nduweni klairan sing luwih dhuwur, yaiku minangka manungsa sing nduweni kamardikan tartamtu lan diberkahi kanthi saweneh wernaning kabegjan sing becik. Panjenengan kudu nindakake apa bae sing Panjenengan bisa kanggo mastekake dene Panjenengan slamet saka sakabehing panandhang iki ing panguripan sing bakal kagayuh. Menawa Panjenengan ora bisa ngayahi tujuwan kasebut, lantas apa gunane Panjenengan nduweni klairan sing becik iki. Menawa Panjenengan nggawe panguripan iki amung kanggo golek panganan, sandhangan, papan panggonan ngiyup, ngayomi putra-putra Panjenengan lan derdah karo musuh, banjur urip Panjenengan padha bae kaya kewan. Iki jalarane kena apa guru-guru Kadam kerep matur, ‘*saiki wektune kanggo mbedakake dhiri kita dhewe saka kewan.*’



--SERAT PANGAYOMAN--

Ing pasamuwan sabanjure Panjenengan bakal mbatinake kasunyatan dene Panjenengan nduweni akeh jalaran ing dhiri Panjenengan kanggo tumibal lair ing alam kang cethek, mulane Panjenengan nduweni resiko gedhe kanggo ngrasakake panandhang-panandhang kasebut. Panjenengan bakal mikir sepira angele yen kudu nindakake panandhang kasebut, sing banjur bakal dadi Panjenengan ing panemu dene di panguripan wektu iki, Panjenengan kudu ngupaya entek-entekan kanggo mastekake Panjenengan ora kudu ngrasakake panandhang iki.



## ~\*~ DINA WIWITAN ~\*~ PASAMUWAN AWAN

**E**suk iki aku wis njlentrehake kanthi ringkes jalaran-jalaran pangayoman. Panjenengan saiki bakal njupuk sathithik wektu kanggo mbatinake. Nanging, ing wiwitan Panjenengan kudu mbayangake ndeleh awak ing konteks wis nindakake lelakon *Sotya Ati Kanggo sing Beja* esuk iki. Ana gatra-gatra ing prekara. 35 sing muni, ‘*Dhuh, Guru utama sing mulya lan jaya, sawise lungguh ing ndhuwur mustakaku ing ndhuwur lungguhan trate lan wulan...*’ Sawise nggambarake tegalan kabecikan ing wujud Buddha ing sangarepe Panjenengan lan nindakake lelakon sing gegandhengan karo dheweke, Panjenengan mbatek maneh tegalan kabecikan iki lan ngundang Panjenengane kanggo mbayangake ndeleh awak ing ndhuwur mustaka Panjenengan. Biasane, menawa Panjenengan ngrampungake nem lelakon sing wiwitan nanging ora dilanjutkan kanthi semedi Lamrim; sawise ngusada dheweke saweneh mantra, Panjenengan bakal nyawijikake tegalan kabecikan menyang ing dhiri Panjenengan. Nanging, Panjenengan ora bakal nindakake saiki – Panjenengan amung cukup ngundang tegalan kabecikan, Sang Buddha, kanggo teka lan lungguh ing ndhuwur mustaka Panjenengan lan Panjenengan kudu nggandholi bayangke iki nganti urutan iki. Kanthi tetep



--SERAT PANGAYOMAN--

nggandholi Sang Buddha ing ndhuwur mustaka, Panjenengan bakal nindakake semedi. Semedine diwiwiti kanthi panyuwunan ing tegalan kabecikan lan prekara iki dieloni karo semedi sing sejatine.

Panjenengan miwiti kanthi nyuwun marang guru kang wujud Sang Buddha ing ndhuwur mustaka Panjenengan. Sinambi membayangke tegalan kabecikan kanthi cara kaya mangkono, Panjenengan uga bakal membayangke sakabehing jalma saka nem menyanglas ing samsara ngalingi Panjenengan. Panjenengan mbatinake, menawa Panjenengan lan sakabehing jalma wis nyakra manggilingan ing samsara wiwit wektu sing ora ana wiwitane, lan mulane kudu ngrasakake sakabehing panandhang sing nglarani sing melu sakabehing wujud ing panguripan ing samsara, sakabehing iki dijalarankan dening ora kasil amerga durung saguh nggayuh kasunyatan sejati bakal surasaning panandhang ing alam kang cethek. Kanthi ukara liya, Panjenengan sakabehing wis wurung nggugah jalaran pangayoman sing sejati. Panjenengan mikir dene saiki Panjenengan bakal ngowahi lan sakuwat tenaga nyadhari jalaran pangayoman sing sejati. Panjenengan nyuwun menyang Sang Guru, Sang Buddha, supaya Panjenengane mbiyantu Panjenengan anbab kasunyatan iki kanggo dhiri Panjenengan dhewe lan sakabehing jalma. Panjenengan mikir dene kanthi pangajab ngabulake panyuwunan Panjenengan, guru Panjenengan, Sang Buddha, ngejawantahake cacah cahya lan nektar sing akeh sekali, sing nyawiji menyang ing dhiri Panjenengan lan sakabehing jalma ing saidenging Panjenengan, liwat mbukak ujung mustaka Panjenengan lan mengisi saluran-saluran lan sekujur badan





jasad Panjenengan kanthi sampurna. Kanthi kaya mangkono, Panjenengan wis disucekake, becik saka ing utawa uga sanjabane badan jasad Panjenengan. Panjenengan disucekake saka sakabehing tumindak ala, karma-karma kang mbetengi, lelara lan kang mbetengi kanthi umum; lan kanthi khusus, kang mbetengi-kang mbetengi sing ngalingi Panjenengan anbab kasunyatan siji jalaran pangayoman iki – pangertenan marang surasaning panandhang ing alam kang cethek. Panjenengan mikir dene sakabehing kang mbetengi iki wis disingkirake liwat kekuwatan berkah Sang Buddha lan guru Panjenengan sing arupa cahya lan nektar mau, ilining batin Panjenengan wis dimatengake dene Panjenengan saiki wis saguh nyatakake sakabehing prekara sing gegandhengan karo panandhang ing alam kang cethek lan mulane maringi Panjenengan salah siji jalaran pangayoman sing murni. Limang menit kanggo mbatinake iki.

*[Semedi]*

Sawise nindakake urutan sing wiwitan, Panjenengan mlebu ing semedi inti. Panjenengan bakal mulai kanthi mbatinake dene tanpa prelu nglebokake panguripan-panguripan sing liya, ing panguripan saiki iki, batin Panjenengan wis terus-terusan ana ana ing wewengking saweneh reregeding batin utawa perangan batin kang ngribedi. Minangka bocah cilik, Panjenengan ora sadhar bab apa sing sajangkepe bener lan kleru lan mulane wis nindakake sakabehing jinis prekara ala. Nanging, senajan wis diwasa, nalika Panjenengan nduweni pangertenan bab apa sing bener lan kleru, batin Panjenengan tetep bae terus-terusan diwarnani kanthi saweneh reregeding batin lan Panjenengan terus nindakake saweneh tumindak



ala kanthi makaping-kaping, apa liwat badan jasad, pocapan, utawa uga batin. Minangka asile, Panjenengan wis nyiptakake akeh jalaran kanggo kalairake maneh ing alam kang cethek.

Sang Buddha mulangake dene sepuluh tumindak ora becik sing luwih tenanan bakal nguncalake kita menyang neraka, sepuluh tumindak ora-becik sing sedhengan ngasilake klairan minangka setan kaliren, lan tumindak ala sing luwih cilik bakal nyebabake klairan minangka kewan. Panjenengan saiki kudu mikir, dene wis meh mesthi Panjenengan kudu kalairake ing alam kang cethek, seje maneh yen Panjenengan ngupaya nyucekake karma-karma ala iki sadurungee Panjenengan seda. Senajan kaya mangkono, menawa Panjenengan kudu seda saiki, sawise nyadhari cacahé karma ora becik sing Panjenengan asilake ing panguripan saiki iki, banjur sungguh tak terhindarkan lagi dene Panjenengan bakal diuncalke kanggo njupuk klairan ing wujuding sing luwih kang cethek. Saiki, ing kahanan manungsa, Panjenengan dhewe panandhang kanggo kuwat nyangga uga menyang kaora mareman badan jasad sing cilik uga. Nalika sansaya Panas utawa adhem, Panjenengan ora kuwawa. Nalika Panjenengan ngrumangsani luwe ing wektu utawa ora anbab ombenan kanggo maremake rasa ngelak kanthi sak nalika, Panjenengan bakal ngrumangsani banget sangsara kanggo bisa kuwawa kanthi kahanan kaya mangkono. Tanpa nyenggol kacublukan sejatine, Panjenengan uga ora kuwat menawa nyebut Panjenengan bodho. Kepiye banjur Panjenengan bisa kuwawa kanthi panandhang sing nggegirisi, saka Panas lan adhem sing nggegirisi sing kudu Panjenengan tindakake, becik



ing nraka adhem utawa uga neraka Panas? Kepiye Panjenengan banjur bisa kuwawa kanthi panandhang rasa luwe lan ngelak banget, nalika Panjenengan kalairake maneh minangka setan kaliren, ora bisa kanggo nemokake uga sak tetes ombenan lan panganan saksuwene atusan taun? Panandhang ing nraka ana luwih suwe maneh, dheweke ana saksuwene makalpa-kalpa. Kepiye yen Panjenengan kalairake minangka kewan? Panjenengan kudu kuwat nyangga panandhang gedhe karo dadi saya bodho banget, ora bisa mikir kanthi cetha, lan iki uga ana kanggo wektu sing suwe, saksuwene atusan taun. Saiki njupuk limang menit kanggo mbatinake dene Panjenengan nduweni sakabehing jalaran sing ora kaitung cacah kanggo kalairake maneh ing alam kang cethek, lan menawa Panjenengan ora bisa nyucekake sadurunge seda, banjur Panjenengan mesthi kudu nindakake sakabehing panandhang iki. Tur maneh, kanthi sathithik panandhang bae Panjenengan wis ora kuwawa, kepiye bisa uga Panjenengan bisa kuwawa karo panandhang nggegirisi saka telu jinis klairan ing alam kang cethek iki?

*[Semedi]*

Panjenengan bisa uga mikir, “*Kena apa kok ndadak mikirake panandhang alam kang cethek, iku dudu prekara aku. Aku iku manungsa.*” Mesthi bae, Panjenengan kabeh iku manungsa lan mula saka iki, Panjenengan ora prelungrasakake panandhang ing alam kang cethek saiki. Nanging, sawise nyadhari dene Panjenengan sakabehing kudu mati, Panjenengan bisa uga kudu ngrasakake panandhang-panandhang kasebut luwih cepet saka sing Panjenengan bayangke. Tak pun manungsa sing wis lair sing bisa ngupaya nguwalake dhiri



saka antaka. Iku asil sing ora dililani semono ngrasakake klairan.

Banjur, wektu antakaning Panjenengan ora diweruhi. Ana wong sing lagi bae mlaku-mlaku, weruh-weruh dheweke teka lan seda ing papan panggonan. Ana akeh jalma sing seda pas sawise dilairake; ana sing seda sawise dadi bakal bajang sadurunge dheweke bener-bener dilairake saka guwa garba biyunge. Antaka bisa dumadi kapan bae lan iki dudu prekara umur utawa apa bae. Amerga iku, Panjenengan ora nduweni wewayangan kapan Panjenengan bakal mati lan ora ana jaminan dene Panjenengan bakal bisa nyucekake karma-karma sing ora kaitung kanggo kalairake maneh ing alam kang cethek, sing wis Panjenengan kumpulake nganti saiki liwat tumindak-tumindak sing ora becik. Dadi, kesimpulanane, Siji-sijine prekara sing misahake Panjenengan saiki iki saka panandhang ing alam kang cethek iku ambegan Panjenengan. menawa Panjenengan mandheg ambegan, lan durung nyucekake sakabehing karma iki, banjur ora dililani maneh Panjenengan bakal kaoncatake menyang salah siji klairan sing luwih kang cethek iki lan kudu nindakake panandhang sing nggegirisi. Panjenengan kudu mbatinake betapa panandhang iki ora nguwati lan ora ana cara apa bae sing bisa Panjenengan kanggo uwal saka dheweke. Banjur, Panjenengan kudu takon karo awake dhewe, “Apa sing bisa aku ditindakake?” Panjenengan kudu nyadhari dene siji-sijine dalan iku ndayani sakabehing tenaga Panjenengan kanggo nyucekake sakabehing karma ala kanggo klairan luwih kang cethek sing wis Panjenengan kumpulake. Luwih adoh, Panjenengan kudu nduweni niat wiwit saiki ora bakal nindakake karma ala maneh. Limang menit kanggo mbatinake prekara iki saiki.



[Semedi]

Kita wis ngrembug siji saka loro jalaran utama pangayoman, rasa wedi marang panandhang ing alam kang cethek. Yaiku siji prekara saka jalaran sing wiwitan. Sesuk, kita bakal nyinaoni prekara sing liya saka jalaran wiwitan iki, yaiku rasa wedi marang panandhang samsara kanthi sakabehe.

## **Ing Objek Sing Endi Kita Bisa Njupuk Perlindungan**

Yaiku perangan sing kaloro saka lima perangan parembungan pangayoman yaiku '*Ing objek mana njupuk perlindungan*'. Perangan sing kaloro iki nduweni loro sub-perangan. Wiwitan, '*meruhi apa bae objek perlindungan,*' banjur '*mbatinake alesan-alesan dheweke sing pantes minangka objek perlindungan.*'

## **Meruhi Objek Perlindungan**

Panjenengan golek perlindungan saka panandhang di samsara lan alam kang cethek, mula saka iki Panjenengan mbutuhake objek perlindungan. Kanthi ukara liya, jalma utawa objek sing sejatine bisa ngayomi Panjenengan saka apa sing Panjenengan karepake kanggo kalindhungi. Ana telu sotya (*Tirratna*) minangka telu objek perlindungan. Menawa Panjenengan golek perlindungan amung saka salah siji prekara sing nggegirisi ing samsara, menawa kanggo kalindhungi saka prekara sing Panjenengan goleki kasebut bisa amung pangayoman Ing salah siji saka katelu objek perlindungan – tuladhane ing Sangha utawa Buddha. Nanging, kanggo kalindhungi saka panandhang samsara kanthi sakabehe lan



alam kang cethek ing khusus, banjur kita prelu pangayoman ing katelu-telune – sotya Buddha, sotya Dharma, lan sotya Sangha.

Kita mbutuhake wiwitan meruhi apa iku telu sotya, diwiwiti kanthi sotya Buddha. Buddha iku jalma sing wis sajangkepe nyucekake awake dhewe dhewe saka sakabehing kaora sampurnanan lan wis nyampurnakake sakabehing kuwalitas becik nganti sing paling dhuwur. Aran ing basa Tibet kanggo Buddha iku ‘*sang gyay*’, lan loro lingga ukara iki Gegandhengan karo dhewe-dhewe prekara iki. ‘*Sang*’ jarwane wis nyingkirake sakabehing kaora sampurnanan utawa nyucekake awake dhewe. ‘*Gyay*’ jarwane wis nggladhi kuwalitas becik nganti sing paling dhuwur. Aran ing basa Sansekerta iku *Buddha*. Amung ana siji arti sing didhungkapake ing ukara kasebut, yaiku kasunyatan utawa pangertenan sampurna. Ananging nalika aran *Buddha* dijarwakake menyang basa Tibet, amerga alane beda ing basa, banjur ora patiya pas amung njarwakake siji prekara sing ana gegayutane karo kasunyatan utawa pangertenan sampurna, ananging kudu klebu uga prekara kaloro saka kuwalitas Buddha, yaiku nambahake prekara panyucen. Dadi loro suku ukara – ‘*sang*’ nudhuhake ing prekara pamusnan utawa panyucen lan ‘*gyay*’ nduweni prekara pengembangan sakabehing kuwalitas nganti sing paling dhuwur. Iki carane kita bisa njlentrehake aran ‘*sang gyay*,’ sing padha karo *Buddha* ing basa Tibet. Nanging, kita uga bisa ngembangake makna rong prekara iki dadi siji bab sing ngandhut sakabehing ajaran Buddha.

Kita bisa njupuk tuladha Buddha Sakyamuni. Sang Buddha, mesthi bae, Buddha. Panjenengane iku jalma urip lan mula saka



iki, nduweni kaya sing Panjenengan darbeni: badan jasad, pocapan, lan batin. Bedane yaiku, dhewe-dhewe prekara Buddha – badan jasad Buddha, pocapan Buddha, lan batin Buddha – iku ‘Buddha,’ sawetara kanggo kita sing manungsa biyasa, Panjenengan ora bisa matur dene Panjenengan iku badan jasad Panjenengan, Panjenengan iku pocapan Panjenengan utawa Panjenengan iku batin Panjenengan. Badan jasad Buddha iku ‘Buddha’ amerga dheweke sajangkepe mardika saka sakabehing pencemaran utawa kaora sampurnanan lan sakabehing kualitas apike wis disampunakake. Prekara sing padha kanggo pocapan Buddha lan batin Buddha. Maneh, senjata badan jasad Buddha iku barang badan jasad, nanging ora kaya badan jasad Panjenengan, dheweke ora kasusun dening dhasar sing kasar lan biyasa kaya kapapat unsur.

Cara liya kanggo mangerteni ‘Buddha’ iku kanthi ngrembug *rupakaya* utawa wujuding badan jasade, lan *Dharmakaya*. Nanging nalika kita ngrembug *rupakaya* Buddha, prekara ‘jalma’ Panjenengane iki makili jalma urip, sing endi Panjenengane kasawang lan nduweni wujuding badan jasad. Kanthi ukara liya, nalika kita ngrembug babagan *rupakaya* Buddha, Panjenengan ora samesthine mikir dene iki nudhuhake ing badan jasade bae. Dheweke luwih saka iku, yaiku Buddha minangka jalma urip utawa arya. Tuladhane, Buddha Sakyamuni iku *rupakaya*. Kena apa mangkono? Iki amerga Panjenengan nduweni kasempatan kanggo mangerteni wujuding iki, Sang *Rupakaya*.

Ing sudhut liyane, *Dharmakaya* Buddha iku apa bae sing ora bisa dimangerteni kanthi indera. *Dharmakaya* dhewe sejatine nduweni



loro prekara. Wiwitan, dheweke nudhuhake ing batin Buddha lan uga sakabehing kuwalitas Buddha – welas asih Buddha, kawicaksanaan, rasa tresna, lan sakpiturute. Sakabehing iki klebu menyang ing siji prekara saka *Dharmakaya*. Mula saka iku, sakabehing prekara saka kuwalitas batin Buddha iku *Dharmakaya* – welas asih Buddha iku *Dharmakaya*, rasa tresna Buddha iku *Dharmakaya*, lan sakpiturute. Prekara *Dharmakaya* Buddha iki disebut *Jnana-Dharmakaya* (*jnana* jarwane kawicaksanaan kang unggul). Amerga iku, sakabehing kuwalitas saka batin Buddha iku *Jnana-Dharmakaya*. Prekara liya saka *Dharmakaya* Buddha nudhuhake Ing, tuladhane, kasunyatan Buddha utawa batin Buddha (kanthi ukara liya, ora alane kahanan sing trep saka Buddha), uga prekara Panjenengane sing wis nyingkirake sakabehing kaora sampurnanan. Iki ngrakit prekara kaloro saka *Dharmakaya*, sing disebut minangka *svabhavakaya*.

Mula saka iku, Buddha iku objek perlindungan sing paling dhuwur. Saiki kita teka ing objek perlindungan sing kaloro, yaiku Dharma. Sotya Dharma kaimpun saka kuwalitas-kuwalitas sing ditemokake ing ilining batin arya – kawicaksanaan utawa kaweruh arya, uga bebener pamandhegan ing batin arya. Kanggo Panjenengan sing nate ngrungokake katrangan iki, banjur ora patiya angel kanggo mangertenine. Nanging, kanggo sing durung nate, sakabehing iki bisa uga bakal sathithik membingungkan kanggo Panjenengan. Mula, Panjenengan wiwitan kudu ngerti dulu babagan apa sing kita sebut minangka jalma biyasa utawa non-arya, yaiku jalma sing durung nyatakake kasunyatan kanthi langsung. Minangka asile, dheweke iku jalma sing muter-muter-putar ing





samsara liwat kekuwatan karma lan reregeding batin dheweke. Kita bisa matur dene jalma biyasa iku jalma sing isih ngasilake karma panguncal sing anyar kanggo tumimbal laire ing samsara.

Lawan saka jalma biyasa utawa dudu arya sing anyar bae kita cethakan mau iku para arya. Arya iku jalma sing wis nyatakake kasunyatan kanthi langsung. Asile, dheweke mandheg nglumpukake karma-karma anyar kanggo kalairake maneh ing samsara. Saweneh saka dheweke bisa uga isih njupuk klairan ing samsara, nanging piye-piye, dheweke ora lagi nyiptakake karma anyar kanggo kalairake maneh ing samsara. Kena apa kok ngono? Amerga dheweke wis mangerteni dene objek saka kaora weruhan ing wujud ing sikap ngebanda ing dhiri sing sejati sejatine ora ana. Kanthi kaya mangkono, jinis kaora weruhan kasebut, yaiku sikap ngebanda ing dhiri, kelangan kekuwatane. Dheweke bisa uga isih ana nanging ora cukup kuwat lagi kanggo ngasilake karma anyar kanggo tumimbal laire ing samsara.

Ing golongan jalma minangka arya, isih ana loro jinis arya maneh. Ana arya sing, senajan wis mangerteni kasunyatan kanthi langsung, nanging dheweke durung bisa kanggo bener-bener nyucekake dhiri dheweke dhewe saka sakabehing kekleruwane dheweke lan nyampurnakake kuwalitas-kuwalitas becik dheweke. Dheweke wis kasil nggayuh kuwalitas unggul sing gedhe banget, nanging dheweke durung ngrampungake jejibahane. Iki sing kita sebut minangka arya sing dudu Buddha. Banjur, ana arya jinis kaloro, sing wis ngrampungake jejibahane. Dheweke wis sajangkepe ngilangake sakabehing kaora sampurnanan lan wis nyampurnakake sakabehing kuwalitas becik. Kanthi ukara liya,



arya yaiku Buddha. Mula saka iku, ana telu kategori jalma – non arya, arya sing dudu Buddha, lan arya minangka Buddha.

Ayo kita sawang luwih mening babagan kategori sing kaloro, arya sing dudu Buddha. Dheweke uga terkanggo nyengkuyung telu amerga ana telu jinis tunggangan. Ana tunggangan Shravaka, nganti ana bisa uga ana arya sing Shravaka utawa pamiyarsa. Sabanjure, ana arya sing dudu Buddha, sing klebu menyang ing tunggangan Pratyekabuddha, nganti dheweke iku Pratyeka utawa Pakasunyataning dhewe. Sing katelu, ana arya sing dudu Buddha sing kagolong menyang ing tunggangan gedhe, Mahayana, lan mula saka iki, dheweke iku Bodhisatwa. Manut apa sing anyar bae kita cethakan, sejatine ana loro jinis arya sing asale saka tunggangan gedhe utawa Mahayana. Ana dheweke sing dudu Buddha, kanthi ukara liya, minangka Bodhisatwa, lan banjur ana arya Mahayana minangka Buddha. Dadi, kita ngrembug babagan telu jinis arya – arya Shravaka, arya Pratyekabuddha, lan arya Mahayana.

Kita wis njlentrehake iki supaya Panjenengan bisa mangerteni kanthi luwih becik apa iku sotya Dharma. Sejatine, sotya Dharma iku kuwalitas-kuwalitas saka batin arya, apa iku arya Shravaka, arya Pratyekabuddha, utawa arya Mahayana. Kuwalitas-kuwalitas iki ana loro jinis. Wiwitan, dheweke iku kuwalitas kasunyatan utawa kaweruh – tuladhane, pangertenan marang kasunyatan, lan kanggo arya Mahayana, prekara kasebut uga arupa panemu kasampurnan sing uga minangka kuwalitas kasunyatan ing arya, sing banjur digolongake minangka sotya Dharma. Ana kuwalitas-kuwalitas liya kaya rasa tresna, welas asih, lan sakpiturute. Sabanjure, ana prekara



liya saka batin arya sing uga digolongake minangka sotya Dharma, lan prekara kasebut iku prekara penghapusan. Kanthi ukara liya, nudhuhake Ing kasunyatan dene dheweke mardika saka kaora weruhan, saweneh tumindak tumindak ala, lan sakpiturute. Ilange sipat-sipat ala yaiku apa sing kita sebut minangka pamandhegan sejati. Maneh, ana kasunyatan saka batin arya. Iki uga minangka peranan saka sotya Dharma. Kesimpulane, sotya Dharma kaimpun saka kuwalitas-kuwalitas sing ditemokake ing batin arya, lan sotya Dharma iku perlindungan utawa beteng sing sejatine.

Objek perlindungan sing katelu iku sotya Sangha. Sotya Sangha sing sejati iku jalma urip minangka arya, dudu-Buddha lan Buddha. Kaya sing wis Panjenengan sawang, ana telu jinis arya. Ana arya Shravaka, arya Pratyekabuddha, lan arya Mahayana. Dadi, sotya Sangha sing sejati iku arya saka jinis apa bae dheweke – arya Shravaka, Pratyekabuddha, utawa Mahayana. Kepiye kanthi sangha ing konteks sing biyasa kita mangerteni, dheweke sing non-arya lan durung nyatakake kasunyatan kanthi langsung? Dheweke bisa dianggep minangka dadi ganti saka sotya Sangha sing sejatine, minangka arya. Dadi, menawa ana sagolongan papat anggota sangha sing non-arya, dheweke minangka dadi ganti saka Sangha sejati. Kepiye Panjenengan bisa mangerteni guna dadi ganti sing ditindakake dening Sangha non-arya? Kaya sing wis diwarahake, kabecikan nggawe cecawisan menyang papat anggota sangha non-arya bakal padha persis kanthi kabecikan nggawe cecawisan sing padha menyang siji Sangha arya.



Kita wis ndeleng dene sotya Dharma sejati iku kuwalitas-kuwalitas sing ditemokake ing ilining batin arya. Kepiye kanthi wujud Dharma sing biyasane luwih milih kita mangerteni, kanthi ukara liya, kitab-kitab lan sakpiturute. Dheweke yaiku wujuding kaya padatane saka sotya Dharma sing sejati. Padha kaya papat anggota sangha non-arya nduweni kagunan minangka dadi ganti Sangha sejati, banjur kitab-kitab Dharma sing kita darbeni uga minangka dadi ganti saka sotya Dharma sing sejati. Dadi, dhasar sing padha uga linaku, dene kanthi menghormati lan nggawe cecawisan menyang dadi ganti saka sotya Dharma iki, Panjenengan bakal nggugah kabecikan sing padha karo nggawe cecawisan utawa menghormati sotya Dharma sing sejati.

Saka katelu sotya, Buddha iku sing nudhuhake utawa mulangake perlindungan. Dharma iku perlindungan utawa beteng sing sejatine. Sangha iku kanca raket sing nulung ing babagan njupuk perlindungan. Sotya Dharma diucapake minangka perlindungan sing sejatine amerga iki sing sejatine ngayomi kita saka samsara. Kena apa kok ngono? Amerga nalika Panjenengan nyatakake kasunyatan kanthi langsung, Panjenengan mangerteni dene objeke iku mungsuhe (kaora weruhan sing ngebanda ing kahanan sing inheren) sing kasunyatanane ora ana. Nalika Panjenengan mungkasi samsara Panjenengan, Panjenengan ngejurke oyot saka samsara Panjenengan. Kanthi kaya mangkono, kawicaksanan utawa pangertenan iki sing ngayomi Panjenengan saka panandhang samsara lan ya iku kena apa dheweke iku perlindungan sing sejatine utawa perlindungan sejati.



Tuladha sing bisa uga cukup cedhak kanthi Panjenengan iku lelakon disiplin sila, sing endi kanthi lelakon iki Panjenengan kuwat nyangga dhiri saka tumindak kleru. Apa sing dadi gantine? Dheweke nduweni guna ngayomi Panjenengan saka panandhang alam kang cethek. Kanthi mendalakan sila utawa nindakake disiplin moral sing murni, Panjenengan bakal kanthi rasakake kalindhungi saka panandhang alam kang cethek; amerga kanthi njaga sila, Panjenengan ora nglumpukake jalaran-jalaran kanggo panandhang kasebut. Senajan trapsila iki dudu sotya Dharma sing sejati, dheweke tumindak kanthi guna sing padha amerga dheweke saora-orane menahi kita perlindungan sawetara saka panandhang alam kang cethek. Kanthi njaga sila, Panjenengan bakal nduweni tumibal laire sing unggul lan ora kudu ngrasakake panandhang ing alam kang cethek ing wektu iku. Sudhut liya saka koin yaiku menawa Panjenengan ora njaga sila kanthi murni, banjur Panjenengan bakal nindakake ing tumindak ala lan nyiptakake jalaran kanggo tumibal laire ing alam kang cethek. Kanthi semono, ora malah kalindhungi saka sakabehing panandhang iki, Panjenengan malah bakal ngrasakake.

Kena apa sotya Sangha disebut minangka kanca raket sing nulung ing babagan njupuk perlindungan? Iki dijalari dening dheweke dadi patuladhan kanggo dieloni, lan minangka sumber wangsit kanggo lelakon Panjenengan.

Kayadene wis dijlentrehake, supaya kalindhungi kanthi empan papan saka saweneh kaweden utawa bebaya cilik, ora prelu kanggo pangayoman ing katelu sotya, siji bae wis cukup. Nanging, supaya kalindhungi kanthi sampurna lan mesthi saka sakabehing kaweden



ing samsara kanthi sakabehe uga kasantosan pribadi, banjur wigati kanggo kita kanggo njupuk perlindungan ing katelu sotya. Persis kaya nalika Panjenengan lara flu, Panjenengan ora bener-bener mbutuhake pangusada, jamu, lan sing ngruwat, amung siji bae wis bisa mbiyantu. Menawa Panjenengan amung ngombe saweneh jamu, Panjenengan bisa ngusada dhiri Panjenengan dhewe saka flu Panjenengan. Ing sudhut liyane, menawa Panjenengan lara nemen, Panjenengan bakal mbutuhake katelu-telune – pangusada, jamu, lan sing ngruwat. Supaya kalindungi kanthi empan papan saka panandhang ing alam kang cethek, panandhang samsara kanthi sakabehe, lan kaweden saka katentreman pribadi, Panjenengan mbutuhake sotya Buddha sing nudhuhake Ing Panjenengan cara kanggo nguwalake dhiri saka prekara-prekara iki, kaya pangusada. Panjenengan uga mbutuhake jamu-jamunya yaiku apa sing Panjenengane ajarkan – iki nudhuhake Ing urutan-dalane kanggo katelu jinis jalma sing dibimbing tumuju kasampurnan. Panjenengan uga mbutuhake sing ngruwat, sing diwakili dening Sangha, minangka kanca raket ing pangayoman. Prekara iki njlentrehake wigatine sakabehe telu sotya minangka objek perlindungan. Katrangan iki ana gegayutane karo prekara wiwitan saka parembungan objek perlindungan, yaiku mangerteni dheweke.

### **Kepantesan Telu Sotya minangka Objek Perlindungan**

Prekara kaloro saka perangan sing ana gegayutane karo objek perlindungan Gegandhengan karo dheweke sing pantès minangka objek pangayoman; kena apa dheweke pantès kanggo dipitaya? Kanggo njlentrehake prekara iki, kita bakal ngrembug utamane



kuwalitas-kuwalitas Buddha. Kena apa Buddha pantes nyengkuyung objek perlindungan? Ana papat alesan beda-beda kanggo mangsuli pitakonan iki. Wiwitan, Buddha pantes nyengkuyung objek perlindungan amerga Buddha dhewe wis ngrantasi sakabehing Kawedene. Kaloro, Buddha sajangkepe prigel ing mbiyantu wong liya kanggo mardikakake dhiri dheweke dhewe saka kaweden dheweke. Katelu, welas asih Buddha adil tumrap sakabehing jalma. Alesan kapapat, Buddha bakal mbiyantu sakabehing jalma, becik dheweke sing nyulayani utawa uga sing mbiyantunya.

### **Buddha Dhewe Wis Mardika saka Sakabehing Kaweden**

Alesan wiwitan kena apa Buddha pantes nyengkuyung objek perlindungan iku amerga dheweke dhewe wis ngrantasi sakabehing kaweden dheweke. Menawa durung, banjur kepiye Panjenengan bisa sajangkepe memercayai dheweke? Tuladhane, Panjenengan pengin mbiyantu wong liya, utamane dheweke sing cedhak kanthi Panjenengan. Nalika Panjenengan ndeleng salah siji saka wong sing Panjenengan tresnani, apa iku wong tuwa Panjenengan, putra-putra, utawa kanca raket becik sing lagi bae ana ing prekara, Panjenengan pengin ngayomi dheweke. Nanging, amerga durung ngrantasi menyangkewatesan lan kaweden Panjenengan dhewe, banjur kekuwatan Panjenengan kewates. Tuladhane, nalika wong-wong kasebut lara, Panjenengan ora bisa nindakake luwih tinimbang amung berkomunikasi kanthi pangusada lan mastekake wong kasebut anbab sing ngruwatan kang becik lan sakpiturute. Panjenengan ora bisa ngayomi wong kasebut kanthi empan papan saka larane amerga kaweden lan menyangkewatesan



Panjenengan dhewe sing durung dirampungake. Liya prekarane kanthi Buddha; Panjenengane wis sajangkepe ngrantasi sakabehing menyangkewatesan lan Kawedene, mula saka iki bener-bener bisa mbiyantu wong liya kanthi empan papan. Kaya sing wis kita ucapake, Panjenengan bisa uga nduweni sing Panjenengan tresnani sing lagi bae lara nemen lan Panjenengan nindakake sing kang becik kanggo njaga wong kasebut. Panjenengan bisa uga manggon ing sisih ranjangnya berjam-jam saben dina. Panjenengan bakal bisa nindakake prekara kasebut Ing jangka wektu tartamtu, nanging bakal teka wektune ing kono Panjenengan nggayuh wates kabisan Panjenengan lan Panjenengan bakal anabadi dhiri Panjenengan kesel nganti kudu mandheg. Iki dijalarankan kekuwatan Panjenengan sing kewates, amerga sakabehing kang mbetengi lan tumindak ala sing mbetengi lan mengekang dayaning Panjenengan. Buddha, ing sudhut liyane, wis sajangkepe nyingkirake sakabehing kang mbetengi lan kaora sampurnanannya; asile, kekuwatan Panjenengane ora winates. Panjenengane wis ngrantasi rasa wedine dhewe lan ora bisa dilarai dening perangan kahanan njaba apa bae. Ing *Jataka*, crita klairan-klairan mbiyen Buddha, ana akeh crita babagan jalma-jalma sing nyoba nyulayani Buddha. Nanging, serangan kasebut ora bisa nyulayani Buddha langsung amerga kasampurnane Panjenengane. Mula saka iku, alesan wiwitan kena apa Buddha pantes dipitaya iku amerga dheweke wis sajangkepe ngrantasi kaweden lan menyang kewatesan dheweke dhewe.





## **Buddha Mahir ing Cara Mardikakake Wong Liya saka Sakabehing Kawedene**

Alesan kaloro kena apa Buddha pantes dipitaya iku amerga dheweke wasis banget ing mbiyantu jalma liya ngrantasi kaweden dheweke. Yaiku kuwalitas sing kudu ana. Menawa jalma wis ngrantasi sakabehing kaweden lan panandhang pribadine nanging ora nduweni keprigelan kanggo mbiyantu sing liya, banjur wong kasebut ora pantes nyengkuyung objek perlindungan amerga dheweke ora bakal migunani kanggo sing liya. Ora kaya mangkono prekarane kanthi Buddha; dheweke ora amung wis ngrantasi kaweden dheweke dhewe, nanging uga sajangkepe mahir ing mbiyantu jalma liya ngrantasi kaweden dheweke.

Ana gegayutane karo alesan wiwitan kena apa Buddha pantes nyengkuyung objek perlindungan. Kaya sing kita ucapake, ana akeh crita babagan prekara iki ing *Jataka*, sarta saweneh tuladha ing *Pamardikan ing Tangan Kita*. Bakal mangan akeh wektu kanggo nudhuhake menyang teks-teks iki saiki; amerga iku, Panjenengan bisa ndeleng prekara iki di kitab *Pamardikan ing Tangan Kita*, anggitané sing liya, utawa ing *Jataka*. Kanggo alesan kaloro kena apa Buddha pantes minangka objek perlindungan (kasunyatan dene dheweke banget prigel ing mbiyantu wong liya), uga ana akeh crita sing nggambarake kepiye Buddha nggawe keprigelane sing agung kanggo nglulutake batin jalma liya. Tuladhane, kepiye Panjenengane bisa nggawe cara-cara mahir kanggo ngurangi kasujanan saweneh jalma sing banget sombong (bangga) lan ngowahi ati dheweke supaya bisa nampa ajaran; kepiye Panjenengane



bisa mbiyantu jalma liya sing padha memper kabecikane kewates banget lan banjur Panjenengane bisa nggawe kabisan kasebut lan mbiyantu dheweke. Ana akeh crita sing njlentrehake kepiye Buddha nggawe kabisane sing agung lan bisa mbiyantu jalma liya.

Kaya sing diucapake, ana akeh crita sing nggambarake kabisan nggegirisi Buddha ing mbiyantu wong liya lan iki ditemokake ing sutra. Tuladhane, ing kitab *Pamardikan ing Tangan Kita*, ana saweneh crita sing amung disebutake nanging ora nyritakake crita sing jangkep. Mula saka iku, aku bakal nyritakake salah siji saka crita kasebut, sing ana gegayutane karo sing urip bebrayan tuwa nduweni jeneng Srija. Srija urip Ing zaman Sang Buddha – dheweke nduweni akeh bocah, Putra-putrane nduweni bocah lagi lan bocah dheweke nduweni bocah lagi. Mula saka iku, dheweke nduweni kulawarga sing gedhe banget. Putra-putrane dirumat kanthi becik, liya prekarane kanthi putu lan buyute. Amerga dheweke iku priya tuwa, dheweke ora sansaya ngormati. Ora malah tumindak becik tumrape, dheweke malah ngece-ece lan terkadang menahi akeh panandhang. Dadi yaiku crita sing kudu digatekake dening Panjenengan kabeh minangka taruna mudha! Aku pengin weruh jeneng wong paling enom ing antarane panjenengan?

Wangsulan: *Terence*.

Dadi, putu-putu lan buyut-buyut iki tansah mbeda simbah utawa simbah buyut dheweke. Dheweke mbatek sandhangane, ngithik-ithik, utawa mbatek kupinge. Intine ora ngejarke dheweke urip ayem. Kleru sawijining dina, lelaki tuwa Srija iki bener-bener muak lan matur, '*Aku ora kuwawa lagi, ora ana sing ngejarke aku urip*



*ayem. Aku ora nduweni wektu kanggo ngaso lan Siji-sijine cara iku kanthi ninggalake omahku.*' Dheweke mutusake kanggo ninggalake omah, nguwalake kulawargane, lan lunga ngedhep Sang Buddha kanggo nyengkuyung anggota Sangha kanthi njupuk pentahbisan. Sing kaya mangkono, dheweke ninggalake omah lan mangkat menyang taman papan panggonan Sang Buddha lan golongan siswane manggon wektu iku. Dheweke nemoni kanthi salah siji siswa utama Sang Buddha, Sariputra, sing nakokake mustakane apa sing dadi gantine ing taman iku. Srija njlentrehake dene dheweke ora kuwawa maneh manggon ing omah lan pengin njupuk pentahbisan nyengkuyung anggota Sangha. Sariputra dhawuh, *'Minangka anggota Sangha, Panjenengan bakal nduweni saweneh jejibahan sing kudu ditindakake. Panjenengan kudu sinau, semedi, lan melayani anggota Sangha sing liya. Panjenengan wis tuwa saiki, kepiye bisa uga Panjenengan bisa nindakake? Ora bisa uga bisa.'* Mesthi bae, sing urip bebrayan Srija kuciwa banget, nanging dheweke ora sumarah amerga dheweke banjur lunga golek arahat sing liya. Dheweke mikir bisa uga menawa dheweke milih arahat sing luwih tuwa, banjur dheweke bakal nduweni cara panlang sing beda-beda. Dadi, dheweke lunga golek arahat Kasyapa, nanging mesthi bae dheweke anbab wangsulan sing padha; dene dheweke sansaya tuwa lan ora bisa uga kanggo bergabung kanthi Sangha. Sawise nyoba saweneh arahat, dheweke bener-bener kuciwa banget lan kelangan kekarepan lan matur, *'Apa maneh sing bisa kudadi ganti? Ora ana saka dheweke sing mau ngrungokake aku. Ora ana dalan liya. Aku ora bisa bali menyang omah lan Siji-sijine prekara sing bisa kudadi ganti iku mateni awakku dhewe!'* Dheweke mutusake kanggo mlumpat



menyang kali. Nalika dheweke wis nganti ing panemu iki, ing kono dheweke bener-bener kelangan kekarepan lan mikir kanggo materi awake dhewe, Sang Buddha maca pikirane lan teka menyang papan panggonane ana, nakokake apa sing dumadi. Srija njlentrehake kepiye dheweke sejatine banget ngarep-arep pentahbisan lan nyengkuyung anggota Sangha; lan kepiye wong-wong ing sangha nulak panyuwunane. Sang Buddha matur, '*Ora prekara, dheweke iku pandhemenku; dheweke dudu Buddha. Ora kaya dhiriku, dheweke ora ngentekake telung kalpa ora winates kanggo nglumpukake kabecikan. Mula saka iku, senajan dheweke nulakmu, aku ora bakal.*'

Sing kaya mangkono, dheweke njupuk pentahbisan lan nyengkuyung peranan saka persamuan Sangha. Nanging sawise nyengkuyung biksu sing anyar, dheweke anababi awake dhewe anaing antarane sramanera-sramanera sing luwih enom, sing nduweni arti dheweke nemokake awake dhewe maneh ing kahanan sing padha kaya dheweke ana ing omah. Biksu sing luwih enom seneng mbeda, mbatek sandhangane, mbatek kupinge lan nggawe susah. Dadi, sepisan maneh, tilas sing urip bebrayan iki kelangan kekarepan. Dheweke matur, '*Ora preduli apa bae sing kudadi ganti, ora ana dalane. Ing omah, pubabu nggawe aku susah. Saiki uga sawise njupuk pentahbisan, sramanera sing enom ora awehku katentreman. Aku bener-bener ana di kahanan sing padha. Ora ana lagi sing bisa aku dadi ganti ing panguripan saiki iki amerga aku sansaya tuwa. Mula saka iku, ora ana dalam liya kejaba materi awakku dhewe.*' Dadi dheweke lunga menyang pinggir kali agung lan nyopot klambi kapandhitane utawa *chögä*. Dheweke



menggantungnya ing panging wit lan sujud ping telu menyang arah Sang Buddha manggon. Dheweke ndedonga dene sawise nyadhari ing panguripan saiki iki dheweke ora bisa nggayuh apa bae, banjur saiki dheweke bakal mati lan ndedonga dene ing panguripane sing bakal kagayuh dheweke bisa sigra njupuk pentahbisan dadi anggota Sangha sing sajangkepe anyar lan nindakake Dharma.

Sejatine, sawise menahi pentahbisan, Sang Buddha wis njaluk siswa utamane, Maudgalyayana, njaga pria tuwa iki. Amerga Maudgalyayana nduweni kawaskitan, dheweke nggunakake kanggo meruhi dene Srija lagi bae ana di pinggir kali, arep nyegur. Dheweke kanthi sigra lunga menyang papan panggonan pria tuwa kasebut ngadek lan matur, *‘Aja! Apa sing kamu dadi ganti?’* Biksu tuwa kasebut banjur njlentrehake lan Maudgalyayana matur, *‘Panjenengan ora samesthine nindakake. Aku bakal mbiyantu Panjenengan gondhelana ing klambi kapandhitanku.’* Kanthi nggawe kekuwatan gaibnya, Panjenengane nggawanya menyang ugau. Dheweke mendarat ing ndhuwur tulang pangajab kewan agung lan lungguh ing kana. Maudgalyayana takon palane, *‘Apa Panjenengan weruh tulang pangajab sapa iki?’* Mesthi bae, biksu tuwa kasebut mangsuli, *‘Ora, aku ora weruh.’* Banjur Maudgalyayana njlentrehake palane dene sejatine iku iku tulang pangajab awake dhewe ing panguripan sing mbiyen. Dheweke wis kalairake ing alam kang cethek minangka raseksa samudra. Panjenengane njlentrehake sakabehe proses sing nyebabake ana ing kana – kepiye liwat tumindak sing ora becik, dheweke wis diuncalke kanggo kalairake kanthi wujuding sing luwih kang cethek minangka kewan; kepiye kanthi karma liyane,



dheweke wis kalairake minangka manungsa ing panguripan saiki iki. Panjenengane njlentrehake sakabehe sistem karma lan gayut-gegayutan. Mesthi bae, sang biksu tuwa Srija saguh mangerteni surasaning kang sejati saka kasunyatan lan bisa nyatakake urutan-urutan arya sing disebut sing mlebu arus. Asile, dheweke uga nggayuh kekuwatan gaib lan bisa maneh menyang papan panggonan ing kono Sang Buddha manggon, kanthi nggawe kekuwatane dhewe. Nalika anggota Sangha sing liya ndeleng iki, dheweke matur, *'Oh, lelaki tuwa iki, sawang apa sing wis dadi gantine. Nggegirisi banget dene dheweke bisa nggayuh urutan-urutan iki.'*

Sawise ndeleng kedadayan iki, kumpulan pandhemen Sang Buddha nyuwun katrangan. Dheweke matur dene dheweke ora bisa ngrasakake kumpulan kabecikan sathithik uga Ing lelaki tuwa iki. Iku jalarane kena apa dheweke ora awèh pangestu kanggo njupuk pentahbisan. Dheweke takon menyang Sang Buddha kepiye carane dheweke bisa nggayuh kabecikan sing cukup ing panguripan saiki iki kanggo nyatakake urutan-urutan arya sing disebut sing mlebu arus iki. Sang Buddha njlentrehake dene mbiyen ing mangsa sadurunge, makalpa-kalpa sadurunge, ing mangsa Sadurunge Buddha, jalma iki, sing saiki sing urip bebrayan Srija, wis kalairake minangka laler. Nalika iku ana stupa. Udan deres banget lan stupa kasebut diubengi dening banyu. Laler iki tanpa sengaja menclok ing tlethonge jaran sing garing. Liwat ilining banyu kasebut, laler iki banjur digawa mubeng (*pradaksina*) stupa kasebut ing ndhuwur tlethonge jaran garing kasebut. Minangka asile, kabecikan sing wis dheweke kumpulake saka kedadayan iki wis mateng ing panguripan



saiki iki lan ndadekake bisa njupuk pentahbisan lan nggayuh urutan-urutan arya. Jebule kumpulan kabecikan kasebut cilik banget nganti ora rinasa dening para pandhemen Sang Buddha. Amung panemu lan kawicaksanaan Buddha sing unggul sing mbiyantu Panjenengane bisa ngrasakake elemen kabecikan iki ing dhiri lelaki tuwa kasebut. Nalika lelaki tuwa iki kalairake minangka laler, dheweke ora nindakake *pradaksina* ngubengi stupa kanthi sengaja. Prekara kasebut ditindakake tanpa sadhar, nanging tetep bae cukup kanggo bisa nggugah cacah kabecikan tartamtu sing ngeterake menyang asil sing kaya kita sawang bebarengan. Iki jarwane dene nalika Panjenengan, kanthi kekarepan lan kasengajan, nggawe cecawisan, memuji, lan aweh pangurmatan ing para Buddha, banjur kabecikan sing Panjenengan tuwuhake ora kaucapake.

## **Buddha Tumindak kanthi Welas Asih lan Keadilan sing Agung Kanggo Dheweke**

Kita wis ndeleng loro alesan kena apa Buddha iku objek pangayoman sing pantes. Sing kaping pisan, Panjenengane wis ngrantasi sakabehing kaweden pribadine lan sing kaloro, Panjenengane sajangkepe prigel anggone mbiyantu wong liya mardikakake dhiri dheweke dhewe saka panandhange. Saiki, menawa nduweni loro kuwalitas iki, nanging rasa welas asihe ora adil; menawa dheweke nduweni rasa welas asih amung menyang dheweke sing dheweke dhemeni lan ora menyang dheweke sing ora disukai, banjur senjata kaloro kuwalitas wiwitan mau diduweni, dheweke ora bakal pantes dipitaya. Nanging, iki dudu prekara sing dumadi kanggo Buddha. Welas asih Buddha asipat sing amba



lan adil tumrap sakabehe. Panjenengane nduweni putra nduweni jeneng Rahula lan misanane sing nduweni jeneng Devadatta, sing tansah nyoba nyeblokake Buddha, ngaling-alingi dheweke, utawa nyulayani Buddha kanthi saweneh cara. Nanging, tumrap kalorone, Sang Buddha nduweni rasa welas asih sing persis padha. Ing kitab *Pamardikan ing Tangan Kita*, dijlentrehake dene Sang Buddha ora ndadekake putrane, Rahula, luwih becik tinimbang misanane, Devadatta. Nalika Devadatta mangan lenga pangusadan tartamtu lan banjur lara kanthi pangajab pengin mbukak warana Sang Buddha, Sang Buddha malah saguh ngusada dheweke amung kanthi memanjatkan sumpah bebener. Kanthi ukara liya, janji dene rasa tresnane ing Rahula lan Devadatta iku padha. Critane ora sansaya cetha. Critane nyiritakake bab Devadatta sing mangan apa sing dijarwakake minangka 'lenga pangusadan,' nanging iku sejatine iku mentega jamu. Iku persiyapan khusus sing digawe pangusada minangka jinis vitamin kanggo ngembangake daya lan tenaga. Pangusada-pangusada Tibet uga ngracik jamu iki, sing kagawe saka susu konsentrat, mentega, madu, lan bahan-bahan jamu liyane sing dimasak bebarengan, digaringake, lan dibungkus ing wujud kapsul. Racikan iki wis ana wiwit jaman Sang Buddha, lan salah siji pandhemene, amerga kapitayane sing agung, wis nyugatake iki menyang Sang Buddha. Sang Buddha nampa cecawisan kasebut lan dipangan. Sejatine, Panjenengane mangan luwih saka dosis sing biyasane. Kaya sing kita ucapake, misanane tansah nyoba mbeda Buddha lan mbukak waranane minangka manungsa biyasa. Dheweke matur, '*Kakehan ngombe jamu iki ora ana apa-apane. Aku uga bisa nindakake prekara sing padha,*' lan dipangan ing akeh cacache. Asile,





dheweke banjur lara. Ing prekara iki, apa sing Sang Buddha dadi ganti iku nggawe sumpah kanthi matur, '*Menawa tresnaku kanggo putraku iku persis padha karo tresnaku kanggo Devadatta, banjur muga-muga Devadatta mari.*' Amerga rasa tresnane buat kalorone padha, banjur ya iku sing persis dumadi lan Devadatta mari saka larane. Sing kaya mangkono kita bisa mangerteni dene ya iku alesan liyane kena apa Sang Buddha pantes nyengkuyung objek perlindungan, amerga welas asihe sing amba lan padha kanggo sakabehe.

### **Buddha Tumindak Kanggo Keperluwane Saben Wong, Becik Dheweke sing Nguntungake Utawa uga Ora**

Alesan kapapat kena apa Buddha pantes nyengkuyung objek perlindungan iku, tanpa nggatekake apa jalma kasebut nguntungake utawa bakal nulayani dheweke, Buddha tetep bakal tumindak kanggo keperluan sakabehing jalma. Kita weruh yaiku apa bae sing cukup angel kanggo kita. Kita luwih gampang mbiyantu dheweke sing wis mbiyantu kita. Kita nduweni tumindak tumindakninggalake dheweke sing ora nindakake apa bae kanggo kita utawa sing nyulayani kita. Kanggo Buddha, tanpa nggatekake apa jalma urip kasebut nindakake apa bae sing nyenengake utawa uga bakal nulayani dheweke, Panjenengane bakal mbiyantu dheweke sakabehing. Menawa ora kaya mangkono, banjur sepisan maneh, jarwane Buddha ora bisa bener-bener diandelake lan kita ora bisa nganggep Panjenengane minangka objek perlindungan sing pantes. Amerga papat alesan iki, banjur Buddha iku objek perlindungan paling unggul.



Kita wis njlentrehake kanthi ringkes jalaran-jalaran njupuk perlindungan. Kita wis njupuk sathithik wektu kanggo mbatinake. Sawise iku kita mulai ndeleng objek perlindungan – wiwitan, mangerteni apa iku telu sotya (*Triratna*). Kita uga wis ngrembug alesan-alesan dheweke sing pantes minangka objek perlindungan. Khusus, kita wis ndeleng dene Buddha pantes dipitaya amerga papat alesan sing beda-beda. Nalika kita ndeleng alesan-alesan kena apa telu sotya pantes nyengkuyung objek perlindungan, kepantesan Buddha minangka objek perlindungan sing utamane dirembug. Nanging, semono kita wis mangerteni prekara kasebut kanthi pas, alesan-alesan kena apa loro objek perlindungan sing liya uga pantes lan bisa dipitaya, uga nyengkuyung cetha. Kita mangerteni dene kanthi nindakake Dharma, banjur Buddha dadi Buddha. Iki jalarane kena apa kita bisa mangerteni dene Dharma uga pantes kanggo dipitaya lan pantes minangka objek perlindungan. Prekara sing padha kanggo sotya Sangha. Amerga anggota Sangha melu Dharma, dheweke nduweni sotya Dharma ing ilining batine. Amerga iku, dheweke uga pantes minangka objek perlindungan, uga senjata dheweke dudu perlindungan sing paling dhuwur.

Babagan sabanjure sing ana gegayutane karo pangayoman iku ‘*ukuran wis njupuk perlindungan,*’ bakal dijlentrehake sesuk. Bengi iki aku ngarep-arep Panjenengan mbatinake apa sing anyar bae sing dijlentrehake dina iki menawa Panjenengan bisa. Menawa ora, saora-orane ngupaya ngeling-eling terus.

(Kanggo Panjenengan kabeh sing anyar, nalika kita ngusada dheweke donga dedikasi cendhak ‘mbatek tegalan



-- DINA WIWITAN-PASAMUWAN AWAN --

kabecikan' di prekara. 35 Ing kitab puja Panjenengan, *Sotya Ati kanggo Sing Beja*, sing nyatakake '*kanthi kabecikan iki muga-muga aku kanthi cepet nggayuh urutan guruku – Buddha..*' Ing wektu iku, kita kudu mikir dene tegalan kabecikan, guru kita ing wujud Buddha ing ndhuwur mustaka kita, nyawiji menyang ing dhiri kita lan sawise iku memberkahi ilining batin kita.)



*KCI / Vivi Siskayanti*



## ~\*~ DINA KALORO ~\*~

### PASAMUWAN ESUK

**W**ingi aku wis njlentrehake kepiye dhewe-dhewe saka Panjenengan ing kene nduweni klairan minangka manungsa sing unggul ing panguripan saiki iki, sing diberkahi kanthi sakabehing kahanan sing nguntungake – wolu jinis kamardikan lan sepuluh wujud ing kabegjan. Prekara iki becik banget amerga ngumpule sakabehing kahanan iki ora amung arang banget lan kahanan sing wigati, nanging uga menahi kasempatan menyang Panjenengan kanggo nggayuh tujuwan apa bae sing Panjenengan tetepake kanggo dhiri Panjenengan dhewe. Nanging, urip iki ora bisa ana sak suwene, lan senjata antaka iku mesthi, wektu antaka Panjenengan ora mesthi. Padha kaya umume wong, Panjenengan nggawe rencana, apa sing pengin Panjenengan dadi ganti saksuwene dina iki, sesuk, minggu ngarep, sasi ngarep, uga taun ngarep. Nanging, Panjenengan ora nduweni wewayangan kapan rencana-rencana iki bakal kawujud.

Tuladhane, bisa bae babu roti sak iris lan sigra dipangan, nanging sadurunge ngrampungake potongannya, dheweke menyangburu mati. Senajan wektu babu roti kasebut, dheweke mesthine ora weruh dene prekara iki bakal dumadi. Dheweke



nduweni kekarepan kebak kanggo mangan sakabehe potongan roti tanpa peduli pira dina sing dibutuhake mula. Senajan kaya mangkono, dheweke ora bisa nindakake rencana wiwitane.

Kaora mesthian iki kanggo kita kabeh. Sawise nyadhari iki, mula wigati banget nalika Panjenengan isih nduweni klairan minangka manungsa sing istimewa iki, kanggo nggunakake sesigra uga. Menawa Panjenengan nggawe klairan Panjenengan saiki kanthi becik kanggo nyiapake antaka Panjenengan, banjur ora prekara apa Panjenengan seda sesuk utawa ing wektu sing isih lama, amerga Panjenengan bakal sumedya lan ora bakal ngrumangsani wedi utawa nduweni sathithik uga rasa getun.

Mesthi bae persiyapan iki kudu diwiwiti sigra. Persiyapan ora bakal dumadi menawa Panjenengan terus ngenteni-nunda kanthi mikir, '*Wiwitan, aku kudu nindakake iki. Banjur aku kudu nindakake iku. Banjur aku bisa nyiapake antaka.*' Apa jarwane nyiapake antaka? Jarwane ngembangake cara mikir Panjenengan. Iki klebu ngedohi kawigaten Panjenengan marang saweneh prekara ing panguripan iki, ngurangi perangan batin kang ngribedi Panjenengan, ngilangake rasa males lan sakabehing jinis karubedan; lan sabanjure, nggladhi ing sikap sing nggatekake banget, ngupaya kanggo nduweni pikiran sing sebecik bisa uga sedawa wektu.

Apa iki jarwane Panjenengan kudu mandheg makarya lan ora nindakake pakarti sedina-dina Panjenengan? Iku ora prelu. Panjenengan amung mbutuhake ngowahi sikap Panjenengan ing nindakake pakarti kasebut. Menawa Panjenengan nindakake



penggaweyan amung kanggo makarya, kuwawa urip ing panguripan sing saiki iki, nglumpukake dunya brana, nyengkuyung kulawarga, wong tuwa, putra-putra lan sakpiturute; alesan-alesan kaya mangkono ora cukup lan cupet banget. Sabanjure, Panjenengan bisa nindakake penggaweyan kanggo alesan sing luwih agung – Panjenengan kudu matur ing dhiri Panjenengan dhewe dene Panjenengan pengin nggayuh apa bae sing bener-bener migunani, ora amung kanggo dhiri Panjenengan dhewe, nanging klebu sakabehing jalma. Panjenengan pengin ndeleng sakabehing jalma urip seneng lan panandhang dheweke rampung. Panjenengan mikir dene kanggo tujuwan sing paling dhuwur kasebut Panjenengan mbutuhake makarya lan makarya.

Panjenengan kudu terus nerusake penggaweyan sedina-dina, nanging nalika nindakake, Panjenengan prelu ngowahi sikap kanthi cara sing anyar bae dijlentrehake. Iki sing dimaksud kanthi nyiapake dhiri Panjenengan dhewe kanggo antaka Panjenengan. Nanging, amung kanthi nggugah tujuwan *altruistik* kasebut kanthi cara sing anyar dijlentrehake ora cukup. Panjenengan prelu meruhi kepiye cara liwat urutaning pambatinan kanthi pangajab anbab panemu kasebut, lan ngrasakake luwih mening. Kanthi amung mikir, '*Aku bakal makarya kanggo mbiyantu sakabehing jalma urip*' amung bakal nggawa menyang panemu sing digawe-gawe. Sabanjure, Panjenengan mbutuhake nggladhi kanthi liwat urutaning pambatinan – ndeleng alesane kena apa Panjenengan mbutuhake mbiyantu jalma urip sing liya lan mangerteni kepiye mbiyantu dheweke, lan sakpiturute. Kanthi cara iki, Panjenengan bakal nganti ing



pamikiran sing padha, yaiku kekarepan kanggo mbiyantu sakabehing jalma, nanging pamikiran kasebut bakal luwih tulus lan tenanan.

Kena apa kudu nduweni kekarepan mbiyantu jalma liya? Wiwitan, padha kaya Panjenengan sing ngarep-arep kabagjan lan ngedohi apa bae sing ora nyenengake, iki uga kanggo sakabehing jalma. Dheweke nduweni pangarep-arep sing persis padha, pengin seneng lan ngedohi panandhang apa bae, padha kaya Panjenengan.

Alesan kaloro, Panjenengan amung siji wong tunggal, sawetara jalma liya ora kaitung cacahé. Mula saka iku, cetha sansaya becik ngarep-arep kabagjan jalma urip sing ora kaitung cacahé tinimbang ngarep-arep kabagjan Panjenengan dhewe. Kanthi umum, nalika Panjenengan takon ing dhiri Panjenengan dhewe, *‘sapa sing luwih wigati – siji wong bae utawa sakabehing jalma urip?’* cetha dene katentreman lan kasantosan sakabehing jalma sansaya wigati dibandingake katentreman lan kasantosan siji wong bae. Kita weruh mesthi betapa berbelanya loro wong sing dimisalkan – sing makarya kanthi becik nanging amung kanggo keperluananya dhewe lan kulawarga cedhaknya bisa uga bakal ngrasakake pangurmatan tartamtu ing masyarakat; sawetara sing makarya ora amung kanggo keperluananya lan kulawargane dhewe, nanging uga makarya kanggo kabecikan negaranya lan kanggo akeh wong, cetha diberkahi pangurmatan sing luwih agung ing masyarakat. Tuladhane, sing makarya kanthi becik nanging amung kanggo awake dhewe dhewe lan kulawargane ora bakal diberkahi kanthi pangurmatan khusus, tuladhane diwenehake titel tartamtu. Sawetara sing nindakake penggaweyan sosial, mbiyantu ngembangake





kahaman kewarasan, ngembangake cacache omah lara, mbiyantu ekonomi negara lan sakpiturute, bakal nggayuh pangurmatan saka pemerintah lan masyarakat kanthi diwenehake saweneh pangurmatan lan titel. Yaiku pertandha sing cetha banget dene wong kasebut nindakake apa bae sing luwih wigati dibandhingake dheweke sing amung makarya kanggo awake dhewe dhewe.

Alesan katelu kanggo ngelingake Panjenengan bakal katentreman lan kasantosan sakabehing jalma urip iku, senajan Panjenengan ora meruhi dheweke (amerga klairan mbiyen sing ora kaitung Panjenengan wis muter-muter ing samsara wiwit wektu sing ora ana wiwitane), ora ana siji jalma pun ing samsara sing durung nate nyengkuyung jalma sing banget cedhak karo Panjenengan, ibu-ibu Panjenengan. Ing panguripan saiki iki, ing antarane sakabehing sing Panjenengan tresnani, ya ibu Panjenengan sing paling cedhak karo Panjenengan; lan wigati kanggo dimangerteni dene Panjenengan nduweni gegayutan sing banget cedhak iki kanthi saben jalma ing samsara, makaping-kaping. Nanging, Panjenengan luwih milih nggagas kasunyatan iki lan ngrumangsani gegayutan amung kanthi setithik wong – anggota kulawarga Panjenengan, kanca kerja, kanca raket, lan liya-liya. Padha kaya ibu Panjenengan sing wis ngrumat Panjenengan ing panguripan sing saiki, semono uga kanthi sakabehing jalma liya sing nate nyengkuyung ibu Panjenengan ing mangsa sadurunge. Panjenengan ngerti kepiye ibu Panjenengan ing panguripan saiki iki, wis nggedhekake Panjenengan, njaga Panjenengan kanthi sakpadha, lan ndedonga kanggo kabagjan Panjenengan. Prekara iki uga linaku ing wujuding



panguripan sing liya. Kita weruh kepiye ibu kewan uga ngrumat anake sebecik sing dheweke bisa. Mulane, dudu amung ing panguripan manungsa Panjenengan sing mbiyen sakabehing jalma urip natenyengkuyung ibu Panjenengan, nanging klebu ing wujuding panguripan liya, kaya nalika Panjenengan kalairake minangka kewan.

Sakabehing jalma liya wis nudhuhake kabecikan sing gedhe ing Panjenengan, ora amung nalika dhewekenyengkuyung ibu Panjenengan ing akeh panguripan mbiyen, nanging uga ing gegayutan sing liya. Ana akeh kahanan ing kono jalma liya wis becik banget lan mbiyantu Panjenengan. Sejatine, sakabehing kabagian sing Panjenengan rasakake ing panguripan iki iku adhedhasar kabecikaning jalma liya. Sebut bae panganan sing Panjenengan ngrasakake, sandhangan sing Panjenengan enggo, omah sing Panjenengan tinggal, penggaweyan sing Panjenengan darbeni, lan sakabehing prekara becik sing Panjenengan ngrasakake ing panguripan iki – sakabehing iki amerga pitulungan saka jalma liya. Iki dudu apa bae sing kudu Panjenengan tanpa mentah-mentah tanpa mikir. Menawa Panjenengan mikirake, banjur bakal dadi cetha banget kanggo Panjenengan. Tuladhane, menawa Panjenengan ngombe susu, Panjenengan weruh saka ngendi tekane susu. Dudu amung sapi sing wis akeh mbiyantu Panjenengan ing prekara iki. Ana urutaning mata rante sing kasusun saka sakabehing jalma sing mbiyantu Panjenengan kanggo anbab sagelas susu ing ndhuwur meja Panjenengan – ana sapi, dheweke sing meres susu sapi, aweh perlakuan ing susu, mbungkus, ngeterake, lan sakpiturute. Amerga wong-wong iki banjur Panjenengan saiki bisa ngrasakake susu.



Conto liyane, gatekake sandhangan sing Panjenengan enggo. Kasunyatan dene Panjenengan saiki bisa nganggo klambi uga amerga upaya saka urut-urutaning mata rante manungsa. Amerga makarya dheweke banjur Panjenengan saiki bisa nganggo kaos. Panjenengan sing dientuki matur ‘*Ora ana sing nggegirisi bab iku. Aku ngasilake duwit lan babu kaos. Mulane, biyasa-biyasa bae yen aku nduweni kaos.*’ Sah-sah bae yen Panjenengan mikir kaya mangkono, nanging menawa Panjenengan nduweni duwit kanggo babu kaos, nanging ora ana wong sing gelem repot-repot kanthi nggawe kaos, banjur tetep bae Panjenengan ora bakal nduweni apa bae kanggo dienggo ing badan Panjenengan. Duwit sing Panjenengan darbeni kanggo babu kaos, mesthi bae iku dudu apa bae sing Panjenengan gawa wiwit lair. Panjenengan ora kalairake kanthi saku kebak kanthi duwit. Panjenengan kudu golek duwit kanggo babu kaos lan iki jarwane nduweni penggaweyan, makarya kanthi wong liya, lan nyengkuyung perangan saka sakabehe masyarakat. Jalaran iku, kabeh iki raket banget gandheng rentenge karo upaya bebarengan sing wis nyengkuyung Panjenengan nduweni duwit kanggo babu kaos.

Panjenengan bisa uga isih kuwawa kanthi pamikiran, ‘*Ya, aku makarya lan pancen sing dientuki bayaran. Nanging, aku wis ngasilake duwit dhewe kanggo babu sandhangan,*’ lan sakpiturute. Mesthi bae bener dene Panjenengan saiki bisa nafkahi urip Panjenengan kanthi makarya, nanging kepiye asale nganti Panjenengan bisa ditampa kanggo nindakake penggaweyan sing Panjenengan dadi ganti? Sepisan maneh, Panjenengan ora kalairake kanthi kabisan sing dibutuhake kanggo nindakake penggaweyan



--SERAT PANGAYOMAN--

sing Panjenengan dadi ganti saiki. Kepiye cara Panjenengan nggayuh titik nganti Panjenengan bisa ditampa ing panggaweyan sing Panjenengan darbeni saiki? Nalika Panjenengan kalairake, Panjenengan uga ora weruh kepiye carane mangan, ngombe, uga kepiye ngaturake siji ukara uga. Mesthi bae sakabehing apa bae wis owah saiki. Nanging, pangowahan kasebut teka liwat upaya sakabehing golongan wong-wong sing mulangake Panjenengan apa bae saka prekara sing paling dhasar, kaya kepiye cara mangan lan ngrembug, nganti kaweruh sing luwih nggegirisi sing Panjenengan darbeni saiki – kabisan kanggo mikir lan mbatin. Amerga iku, menawa Panjenengan saguh ndeleng kahanan kanthi wening lan ora mikiran cendhak bab prekara iki, banjur Panjenengan bakal bisa ndeleng kabecikan agung sing wis dikunjurkan dening akeh jalma liya, diwiwiti saka panguripan wektu iki. Sejatine, sakabehing sing Panjenengan darbeni lan sapa dhiri Panjenengan saiki, iku sakabehing dumadi berkat upaya saka akeh wong.

Kanggo meruhi kasunyatan iki, sepisan maneh, se ora prelu melu dalam kahanan kebatinan tartamtu. Saben wong sing mbatinake bakal bisa mangertenine, saksuwene dheweke ndeleng sakabehing apa bae kanthi wening. Panemu gantung-gumantung agung ing dunya saiki iki diakoni dening sansaya akeh wong – kepiye saben wong lan sakabehing apa bae gantung-gumantung. Dudu amerga dheweke wis diwarahi kanggo mangerteni kanthi cara kaya mangkono, nanging iki dicapai liwat pambatinan sing ndeleng kanthi jujur, kepiye sakabehing apa bae linaku, nganti wong-wong bisa nganti ing panemu kasebut. Sing kaya mangkono cara kepiye



panemu gantung-gumantung saka sakabehing apa bae bisa sumebar.

Kaya sing kita ucapake, kanthi sansaya mundhake urutan pendidikan, saweneh ilmuwan lan pemikir liyane bisa kanggo mikirake dunya lan carane nduweni kagunan. Dheweke luwih milih mangerteni gantung-gumantung saka sakabehing apa bae ing dunya iki – kepiye saben kekadeyan ora ngadek kanthi dhewekan, nanging diasilake amung ing gandheng rentenge karo kekadeyan liya. Senajan panemu iki dadi sansaya lumrah, nanging amung setithik wong bae sing wiwit mangerteni kepiye kabagjan kita tuwuh saka gantung-gumantung antarane akeh jalma liya nganti kita utang ing dheweke.

Kanthi kaya mangkono, kabecikan saka jalma liya sing wis lan terus dikunjukkan ing Panjenengan iku gedhe banget lan prekara kasebut minangka alesan sing kuwat banget anggone meksa dhiri Panjenengan kanggo mikirake katentreman lan kasantosan dheweke. Nanging, isih ana alesan liya. Yaiku, kasunyatan dene Panjenengan saiki ana ing kahanan sing becik banget. Wiwitan, Panjenengan iku manungsa, tambahan maneh Panjenengan uga ngrasakake saweneh kahanan sing nguntungake. Panjenengan wis nemoni Dharma lan, mula saka iki, wis mangerteni apa sing becik lan apa sing ala, apa sing kudu ditindakake, lan tumindak kaya apa sing kudu didohi. Coba Bandingake kanthi kahanan seperangan agung jalma liya, kahanan Panjenengan istimewa banget. Umume jalma liya sing wis lan saiki nudhuhake kabecikan agung ing Panjenengan ora bisa ngrasakake kahanan-kahanan sing nyenengake iki. Kahanan dheweke sansaya ala dibandhingake kanthi Panjenengan. Nanging, Panjenengan utang karo dheweke lan mula saka iku menawa Panjenengan ora



--SERAT PANGAYOMAN--

ngrepotake dhiri Panjenengan dhewe sajangkepe kanggo nggayuh katentreman lan kasantosan dheweke, nanging sabanjure, yen Panjenengan amung mikirake kabagian Panjenengan dhewe, sing Panjenengan anggep luwih wigati (Ya ing prekara dheweke sumber sejatine kanggo kabagian pribadi Panjenengan), apa maneh sing bisa luwih ala utawa luwih egois saka ing jinis pamikiran kaya iku?

Menawa Panjenengan mikirake saweneh alesan iki, Panjenengan bakal teka ing panemu dene pancen luwih bener lan adil kanggo ngrepotake dhiri Panjenengan kanthi kabagian jalma liya lan nggladhi nganti mawujude kabagian dheweke. Panemu iki bakal luwih kuwat lan tulus amerga dibangun saka saweneh penalaran sing sah. Bandingake kanthi pamikiran padha sing bisa Panjenengan darbeni, nanging ora didukung kanthi saweneh alesan iki, banjur pamikiran kasebut luwih cethek, kaya apa bae sing melu-melu bae. Mulane, kanggo nggayuh pamikiran sing migunani banget kaya iki, Panjenengan kudu gumantung ing saweneh pambatinan lan Panjenengan mbutuhake cara kanggo nggugah pikiran-pikiran becik iki kanthi kekerepan sing kuwat banget. Cara sing kita gunakake kanggo tujuwan kasebut iku ajaran Sang Buddha. Kanthi tujuwan iki banjur aku mulang lan Panjenengan ngrungokake.

Babagan kita ing kene iku pangayoman (*Trisarana*). Ing anggone ngrungokake, iku wigati kanggo nduweni kekarepan sing unggul. Menawa Panjenengan buddhis, iku jarwane mikir kanthi cara tartamtu lan Panjenengan kudu ngupaya lan nduweni pamikiran kasebut saiki. Menawa Panjenengan dudu buddhis, isih ana saweneh pamikiran sing migunani sing kudu diduweni saksuwene ngrungokake lan



Panjenengan uga kudu ngupaya lan nggugah pamikiran kasebut saiki.

Babagan pangayoman nduweni lima sub babagan sing beda-beda:

1. Jalaran-jalaran sing dadi dhasar ing pangayoman
2. Ing objek-objek sing endi pangayomaning kita
3. Ukurane dene wis sing dientuki pangayoman
4. Kagunan-kagunan pangayoman
5. Trapsila sing Gegandhengan karo pangayoman

Ing antarane kalima bab kasebut, kita wis nganti ing bab sing katelu, '*ukuran dene wis sing dientuki pangayoman.*' Babagan jalaran-jalaran pangayoman, kita wis ndeleng dene ana loro jalaran dhasar sing umum kanggo sakabehing buddhis. Jalaran umum sing wiwitan iku rasa wedi marang panandhang samsara kanthi sakabehe lan panandhang ing alam kang cethek khusus; lan bisa uga kudu nindakake panandhang iki ing mangsa sing bakal kagayuh iku ora nguwati. Jalaran umum sing kaloro iku kapitayan teguh marang kabisan *Triratna* kanggo ngayomi kita saka panandhang-panandhang iki. Jalaran katelu, sing khusus kanggo pandhemen Mahayana, iku rasa dene panandhang sakabehing jalma ing samsara iku ora nguwati.

Babagan sub babagan sing kaloro, '*Ing objek-objek sing endi pangayomaning kita,*' sub babagan iki nduweni loro perangan:

1. Bener-bener meruhi objek-objek perlindungan
2. Alesan-alesan kena apa dheweke pantes didadekake objek perlindungan



—\*—SERAT PANGAYOMAN—\*—

Gegandhengan karo objek-objek perlindungan, kita wis ndeleng dene kanggo kalindungi saka siji bebaya khusus utawa kaweden ing urip Panjenengan, ora prelu kanggo njupuk perlindungan ing sakabehing *Triratna* – siji bae cukup. Nanging, supaya kalindungi kanthi empan papan saka sakabehing panandhang samsara lan panandhang alam kang cethek ing khusususe, berikut bebaya kasantosan pribadi, banjur Panjenengan prelu njupuk perlindungan ing *Triratna* kanthi sakabehe. Prekara sing padha linaku nalika Panjenengan lara entheng. Kanggo ngusadanine, Panjenengan ora mbutuhake pangusada, jamu, lan sing ngruwat; Panjenengan amung mbutuhake jamu-jamuan entheng. Ing sudhut liyane, menawa Panjenengan lara nemen, ora bisa uga bisa mari menawa Panjenengan ora golek pangusada—menawa malah kudu golek akeh pangusada—ngombe jamu, anbab sing ngruwatan medis sing liya, lan Panjenengan uga mbutuhake bantuwan sing ngruwat.

Kena apawismesthi denetelu objek perlindungan diperlokake? Supaya perlindungane empan papan, Panjenengan mbutuhake sing bisa nudhuhake menyang Panjenengan apa iku pangayoman. Panjenengan uga mbutuhake Dharma, selaku perlindungan sing sejatine. Luwih adoh, nalika Panjenengan ana ing proses kanggo ngasilake perlindungan sing sejatine ing dhiri Panjenengan, yaiku Dharma iku dhewe, Panjenengan mbutuhake bantuwane wong-wong sing tumindak minangka model (patuladhan) kanggo dieloni. Iki jalarane kena apa Panjenengan uga mbutuhake sotya Sangha.

Ana gegayutane karo objek sing endi ing pangayoman, kita wis ndeleng dene cara wiwitan iku meruhi apa bae objek-objek





perlindungan. Aku wis njlentrehake wingi dene sotya Buddha nduweni loro prekara – *Rupakaya* utawa badan jasad pawujudan, lan *Dharmakaya* utawa badan jasad bebener. Lanjut, aku uga wis njlentrehake dene sotya Dharma kasusun saka kuwalitas-kuwalitas sing ditemokake ing ilining batin arya. Kuwalitas-kuwalitas kasebut kagolong ing loro kategori, yaiku kuwalitas pamisahan utawa panyucen, lan kuwalitas kaweruh. Kuwalitas saka pamisahan utawa panyucen iku prekara pembersihan saka reregeding batin. Arya wis ngilangake reregeding batin utawa misahake batin dheweke saka reregeding batine. Cara liya kanggo njlentrehake prekara wiwitan saka sotya Dharma yaiku kanthi nyebutake bebenering pamandhegan.

Gegandhengan karo sotya Sangha, ia minangka jalma sing wis mangerteni katanpa-akuan utawa kasunyatan kanthi langsung. Kanthi ukara liya, sotya Sangha kaimpun saka jalma-jalma sing ora lagi nglumpukake karma-karma anyar sing bisa nguncalake dheweke tumuju tumimbal laire ing samsara.

Prekara sing kaloro Gegandhengan karo objek perlindungan iku mangerteni kena apa dheweke cocok minangka objek perlindungan, utamane magepokan kanthi sotya Buddha. Ana papat alesan utama kena apa Sang Buddha cocok dadi objek perlindungan. Alesan wiwitan iku Buddha wis ngrantasi rasa wedine dhewe. Menawa se durung ngrantasi rasa wedine dhewe, kepiye bisa uga dheweke bisa ngayomi jalma liya saka Kawedene? Amerga iku, Buddha cocok dadi objek perlindungan amerga wiwitan, Panjenengane wis ngrantasi sakabehing rasa wedine. Kena apa bisa kaya mangkono? Amerga Panjenengane wis ngrampungake loro



--SERAT PANGAYOMAN--

prekara saka Sang Dalan, yaiku nyingkirake sakabehing sing kudu ditinggalake lan nyampurnakake sakabehing sing kudu disunyatakake.

Persaratan liya supaya jalma cocok dadi objek perlindungan iku jalma kasebut kudu prigel ing nudhuhake cara kanggo jalma liya kanggo mardikakake dhiri dheweke dhewe saka panandhange. Kaya sing wis kita sawang, iki kanggo Buddha, kayadene diceritbakal ing crita sing urip bebrayan Srija. Menawa jalma wis ngrantasi rasa wedine lan prigel ing mbiyantu jalma-jalma supaya mardika saka panandhange dhewe, nanging menawa jalma kasebut nganca ing keperluanane jalma tartamtu (menawa dheweke nggatekake jalma tartamtu nanging ora nggagas sing liya), banjur dheweke ora bakal nate cocok dadi objek perlindungan amerga dheweke ora bisa diarep-arep. Sepisan maneh, dudu kaya mangkono prekarane marang Buddha. Welas asihe Buddha asipat sing amba lan iki digambarake kanthi crita putra Sang Buddha, Rahula, lan misanane Devadatta.

Alesan kapapat kena apa Buddha cocok dadi objek perlindungan iku amerga kawigatene kanggo sing liya padha, luwar apa dheweke nguntungake utawa ora. Ana gegayutane karo loro kategori jalma iki, dheweke sing becik mustakane lan dheweke sing ora, kawigaten Buddha tumrap dheweke tetep padha. Yaiku alesan kapapat kena apa Buddha cocok dadi objek perlindungan sing luwih unggul. Selesai wis katrangan babagan kaloro, '*Ing objek-objek sing endi pangayomaning kita*'.



## Ukuran dene Wis Anbab Pangayoman

Kita nganti ing bab katelu, ‘*ukuran dene wis sing dientuki pangayoman.*’ Iki kanggo mangerteni saka sudut mana se diucapake wis pangayoman kanthi empan papan. Ana papat ukuran pangayoman:

1. Pangayoman sinambi nyadhari kuwalitas-kuwalitas objek-objek perlindungan
2. Pangayoman sinambi nyadhari ciri-ciri dhewe-dhewe objek perlindungan
3. Pangayoman sinambi meruhi peran khusus saka dhewe-dhewe objek perlindungan
4. Pangayoman tanpa ngakoni objek-objek perlindungan sing liya.

Kita bakal mlebu katrangan bab-bab ing ndhuwur. Nanging, kanggo semedi Panjenengan, Panjenengan durung nganti ing bab iki. Panjenengan wis njupuk sathithik wektu kanggo mbatinake panandhang alam kang cethek minangka jalaran kanggo perlindungan Panjenengan, nanging Panjenengan durung mbatinake panandhang samsara kanthi sakabehe, yaiku prekara liya saka jalaran wiwitan pangayoman iki. Amerga iku, saiki Panjenengan bakal njupuk sathithik wektu kanggo mbatinake panandhang samsara kanthi sakabehe lan ndelenge minangka kakurangan. Kanggo nindakake, Panjenengan bakal miwiti kanthi njlentrehake bayangke guru Panjenengan, sing nyawiji kanthi istadewata Buddha ing ndhuwur mustaka Panjenengan. Panjenengan uga bakal membayangke sakabeheing jalma ing



—\*—SERAT PANGAYOMAN—\*—

samsara ing saidenging Panjenengan. Panjenengan bakal miwiti kanthi mbatinake dene menawa Panjenengan lan sakabehing jalma urip ing samsara nganti saiki isih durung bisa mardikakake dhiri saka samsara, sabanjure terus muter-muter tanpa pungkasan ing kahanan kudu ngrasakake saweneh panandhang sing menyiksa iki, iku dijalari dening ora kasil mangerteni surasaning saka samsara sing ora luwar saka panandhang. Panjenengan wis wurung ndeleng kahanan samsara minangka kakurangan, apa bae sing adoh saka sampurna. Minangka asile, Panjenengan tetep melekat ing apa sing disebut minangka prekara-prekara sing becik ing samsara lan iki jalarane kena apa Panjenengan isih ngumbara ing samsara. Panjenengan banjur ndedonga ing guru Panjenengan, Sang Buddha ing ndhuwur mustaka Panjenengan, lan nyuwun kanggo memberkahi Panjenengan lan sakabehing jalma ing samsara supaya sigra ngrantasi kaora ngertian iki, lan sabanjure nyatakake surasaning kahanan samsara sing ora sampurna, sing sipate nyawiji kanthi panandhang. Minangka wangsulan tumrap panyuwunan Panjenengan, Panjenengan membayangke Buddha nyunarakake cahya lan nektar pancawarna sing nyawiji menyang dhiri Panjenengan lan sakabehing jalma urip ing saidenging Panjenengan. Prekara iki nduweni asil mberseni dhiri saka sakabehing kekleruwane, kang mbetengi, lelara, lan sakpiture, ing umume; lan ing khusus, kang mbetengi karma lan reregeding batin-reregeding batin sing mbetengi kita kanggo ndeleng wajah sejatine saka samsara, sing sejatine nyawiji kanthi panandhang. Sabanjure, Panjenengan membayangke dene Panjenengan nampa sakabehing berkah saka Sang Buddha liwat cahya lan nektar iki, nganti Panjenengan sumedya kanggo



nggayuh kasunyatan sejatine babagan bab iki. Njupuk limang menit kanggo ngaturake panyuwunan iki ing sang guru, Sang Buddha.

*[Semedi]*

Wingi Panjenengan wis mbatinake kasunyatan dene antaka Panjenengan iku mesthi, kasunyatan dene Panjenengan kudu seda kleru sawijining dina mengko iku apa bae sing ora dililani. Nanging wektu antaka Panjenengan ora diweruhi. Sawise nyadhari akehnya karma panguncal kanggo klairan ing alam kang cethek, ana tumindak tumindaksing gedhe banget kanggo Panjenengan kanggo terjatuh ing alam kang cethek ing klairan menteka, nganti kudu ngrasakake panandhang sing nggegirisi sing diakibatake dening kahanan iki. Mula, Panjenengan nduweni panemu dene Panjenengan kudu ngupaya entek-entekan, tanpa ngenteni sauntara uga, kanggo nyucekake karma-karma kanggo klairan kaya mangkono, lan mastekake Panjenengan anbab klairan sing nyenengake di panguripan sing bakal kagayuh. Wingi semedi kita wis tumeka ing bab iki.

Saiki, Panjenengan bakal nerusake saka bab iki kanthi nggunem ing awake dhewe, *'Acara apike menawa aku anbab klairan sing luwih dhuwur ing panguripan sing bakal kagayuh. Aku bakal terhindar saka panandhang ing alam kang cethek kanggo sawetara, nanging aku isih kudu ngrasakake, tuladhane, panandhang manungsa, menawa aku kalairake minangka manungsa. Menawa aku saguh kalairake minangka jalma setengah dewa utawa asura, banjur aku bakal ngrasakake panandhang asura; utawa menawa aku kalairake minangka dewa, iku jarwane aku isih kudu ngrasakake panandhang*



*minangka dewa. Sejatine, saksuwene aku isih njupuk klairan kanthi skandha sing dientuki sing ora murni, ora bisa uga kanggo ngaso sathithik uga ing panandhang aku.* Kanthi anbab skandha kaya mangkono, jarwane saben wektu Panjenengan bakal ngrasakake panandhang sing sejatine (*dukkha dukkha*), utawa Panjenengan bisa uga ngrasakake panandhang amerga pangowahan, yaiku pengalaman-pengalaman sing Panjenengan anggep minangka kemareman utawa kabagian. Sakabehing iki dudu kabagian sing sejatine lan disebut minangka panandhang amerga pangowahan amerga cepet utawa alon, dheweke bakal sansaya mudhun lan digantekake kanthi wujuding panandhang sing nyata. Menawa Panjenengan ora lagi bae ngrasakake wektu sing sangsara utawa marem, ana bisa uga sing katelu, yaiku ngrasakake rasa sing netral utawa ora ngrasakake apa-apa. Nanging, iki uga minangka wujuding liya saka panandhang sing disebut panandhang sing nyawiji kanthi kahanan sing makahanan utawa *viparijeneng dukkha*. Iki jarwane rasa netral isih minangka wujuding panandhang, amerga senjata dheweke asipat laten (kapendhem) lan ora mangejawantah, nanging Panjenengan isih nduweni winih panandhang ing dhiri Panjenengan. Kanthi kaya mangkono, rasa netral kasebut saben wektu bisa sigra owah dadi salah siji wujuding panandhang – panandhang sing nyata utawa rasa seneng sing sejatine minangka panandhang sing diakibatake dening pangowahan. Dadi, iki kasunyatan saka kahanan Panjenengan. Senajan Panjenengan ngupaya anbab klairan sing luwih dhuwur di panguripan sing bakal kagayuh, Panjenengan tetep isih kudu ngrasakake katelu jinis panandhang iki. Luwih adoh, cepet utawa alon, Panjenengan bakal nindakake apa bae sing ora becik lan



minangka asile, Panjenengan bakal kaoncatake menyang ing klairan sing kang cethek. Mula saka iku, saksuwene Panjenengan nyekel skandha-sing dientuki sing ora murni, banjur ora ana bisa uga kanggo ngrasakake apa bae sing becik sing bisa Panjenengan pitayani, tanpa prelu nyebutake sakabehing rasa ala sing Panjenengan darbeni. Panjenengan banjur bakal ngringkesake dene surasaning sejati saka samsara iku panandhang. Limang menit kanggo mbatinake saiki.

*[Semedi]*

Wis diucapake dene saksuwene Panjenengan terus njupuk klairan kanthi skandha-sing dientuki sing ora murni iki, Panjenengan amung bakal ngrasakake panandhang. Apa skandha-skandha iki? Dheweke iku skandha badan jasad utawa badan jasad, skandha rasa, skandha identifikasi, skandha perangan-perangan pemwujuding, lan skandha kesadharan. Dadi,ing antarane kalima skandha sing ngrakit dhiri kita kasebut, ana skandha rasa. Kaya sing anyar dijilntrehake, amung ana telu jinis rasa dhasar – rasa sangsara, nyenengake, lan netral. Panjenengan wis ndeleng dene katelu rasa iki sejatine minangka jinis panandhang sing beda-beda.

Ing semedi sadurunge, Panjenengan mbatek panemu dene saksuwene Panjenengan njupuk klairan kanthi skandha-sing dientuki sing ora murni, Panjenengan amung bakal ngrasakake panandhang – Panjenengan ora bakal uwal saka salah siji utawa katelu jinis panandhang. Prekara iki jarwane sedawa Panjenengan terus kalairake ana ing wewengkoning karma lan reregeding batin Panjenengan, banjur critane tetep bakal kaya mangkono. Nanging,



Panjenengan ora dhewean ing kahanan iki amerga prekara sing padha persis menimpa sakabehing jalma ing samsara. Dheweke uga terus-terusan didayani kanggo kalairake dening karma lan reregeding batin dheweke, lan minangka asile, kudu ngrasakake panandhang sing padha persis kaya sing Panjenengan rasakake, makaping-kaping. Sawise mikirake sakabehing jalma sing ana ing kahanan sing padha iki, Panjenengan bakal nduweni kekarepan sing padha tumrap panandhang dheweke, yaiku mungkasinya kaya sing Panjenengan dadi ganti tumrap panandhang Panjenengan. Kanthi khusus, Panjenengan bakal ngrumangsani dene, padha kaya Panjenengan sing ngrumangsani ora nguwati kanthi panandhang sing Panjenengan kudu liwati, semono uga kanthi dheweke, padha ora kuwat amerga kudu ngrasakake panandhange. Panjenengan banjur bakal nggugah kekarepan kanggo mungkasi panandhange dhewe. Kanthi ukara liya, Panjenengan nggugah welas asih kanggo jalma liya. Limang menit kanggo mbatinake iki.

*[Semedi]*

## **Pangayoman Sinambi Nyadhari Kuwalitas-kuwalitas Objek-objek Perlindungan**

Ukuran wiwitan dene wis pangayoman iku njupuk perlindungan sinambi nyadhari kuwalitas-kuwalitas saka objek-objek pangayoman. Iki jarwane Panjenengan prelu meruhi kuwalitas-kuwalitas saka sotya Buddha, sotya Dharma, lan sotya Sangha.





## **Kuwalitas-kuwalitas Buddha**

Kuwalitas-kuwalitas Buddha iku ora winates. Kanggo nggampangake Panjenengan mbatinake, dheweke kanggo menyang ing papat golongan:

1. Kuwalitas badan jasad Buddha
2. Kuwalitas pocapan Buddha
3. Kuwalitas batin Buddha
4. Kuwalitas pakarti Buddha

## **Kuwalitas-kuwalitas Badan jasad Buddha**

Nalika mbatinake kuwalitas badan jasad Buddha, sejatine Panjenengan kudu mbatinake telung puluh loro panjenengan utama lan wolung puluh panjenengan liyane badan jasad Buddha. Kanthi cacahé sing gedhe kasebut, iki dudu apa bae sing bisa Panjenengan sinaoni kanthi cepet. Iki mbutuhake saweneh pasinaonan sadurunge. Siji tuladha saka saweneh panjenengan yaiku panjenengan roda Dharma ing tangan lan sikil Buddha. Sipating saka badan jasad Buddha yaiku asil saka njaga disiplin sila sing murni ing umume, nanging ing khususe, panjenengan iki minangka asil saka jalma sing nalika isih ing gegladhen kanggo nyengkuyung Buddha, wis ngancani gurune saka siji papan panggonan menyang papan panggonan liyane utawa nalika gurune teka, wis menthuk lan ngancanine menyang ngendi bae Panjenengane lunga.

Conto liyane sing nggambarake badan jasad Buddha iku aluse tapak sikile. Tapak sikil Panjenengan mlengkung lan ana perangan sing ndemok lemah lan ana sing ora. Nanging, sikil



Buddha diibaratake kanthi dana kura. Sikile sajangkepe alus lan ora ana perangan sing luwih dhuwur utawa luwih kang cethek. Ciri-ciri badan jasad Buddha iki padha kaya sipating liyane, minangka asil saka njaga sila kanthi murni saka Buddha sing bakal kagayuh nalika Panjenengane isih ing gegladhen. Nanging, prekara kasebut khusus minangka asil saka njaga sila sing dijupuk kanthi murni. Iki amung loro tuladha sipating badan jasad Buddha. Kita ora nduweni wektu kanggo ngrembug siji siji saka katelung puluh loro panjenengan utama lan wolung puluh panjenengan liyane saka badan jasad Buddha. Dhewe-dhewe panjenengan nduweni jalarane dhewe, minangka asil saka prekara tartamtu saka gegladhen Buddha sing bakal kagayuh. Ciri sabanjure saka badan jasad Buddha iku, tuladhane, matane sing dawa, tubabe sing nduweni wujud utawa bageyan tartamtu, lan sakpiturute. Kanggo ngringkesake sakabehing kuwalitas badan jasad Buddha, sing dientuki disebut badan jasad Buddha tansah kepenak disawang. Kanthi ukara liya, kapan uga lan dheweke ndeleng badan jasad Buddha, dheweke bakal tansah termenyangsan karo dheweke. Menyangsan iki bakal sansaya mening nalika mbatinake pawujudan Buddha kanthi kebak kapitayan. Senajan kaya mangkono, yen mbatinake tanpa kapitayan uga, badan jasad Buddha tetep kepenak disawang.

Senajan bisa uga susah kanggo Panjenengan kanggo mikirake saka sakabehe telung puluh loro lan wolung puluh sipating, nalika Panjenengan mikirake sipating badan jasad Buddha, apa sing Panjenengan bisa dadi ganti iku membayangke pawujudan umum Buddha – warna badane kaya emas sing ngecuwer, uga papan



kaloro tangan lan sikile. Nalika Panjenengan mbatinake kuwalitas saka badan jasad Buddha, Panjenengan bisa mbayangake padha kaya Panjenengan biyasa ndeleng gambar ing saweneh lukisan. Nalika Panjenengan mbatinake Buddha kanthi cara iki, Panjenengan ora samesthine ndeleng Buddha kaya patung sing kagawe saka lemah lempung, wewesen, utawa kaya lukisan, nanging Panjenengan kudu ndeleng badan jasad Buddha kang kagawe saka cahya. Utawa menawa Panjenengan seneng, Panjenengan bisa membayangke dene dheweke kagawe saka geni sing njupuk prekara-prekara sing biyasane Panjenengan bayangke. Maneh, badan jasad nyunarake semono akehe cahya menyang sakabehing penjuru. Badan jasad Buddha uga ginawe saka ing telu klambi kapandhitan, nanging sandhangan iki ora padha kaya sing Panjenengan duweni, dheweke ora bener-bener ndemok badan jasad Sang Buddha. Panjenengan uga kudu mikirake dene ing saben pori-porining badan jasad Buddha, ana alam Buddha sing cacah ora kaganti. Luwih adoh maneh, saka dhewe-dhewe pori-pori, Sang Buddha ora amung nyunarake cahya, nanging uga nyunarake saweneh emanasi awake dhewe dhewe sing sumebar menyang sakabehing penjuru kanggo nguntungake sakabehing jalma kanthi saweneh cara.

Menawa Panjenengan ngelingi maneh, nalika Panjenengan nindakake *Sotya Ati Kanggo sing Beja* esuk iki, ing gatra-gatra sing kaloro ing '*Panyuwunan guru-guru trah,*' Panjenengan tujokake panyuwunan Panjenengan ing Buddha Sakyamuni kanthi matur '*Panjenengan sing badan jasad kacipta saka sepuluh yuta kabecikan.*' Mesthi bae angka sepuluh yuta amung bebasan;



sejatine, dibutuhake sansaya akeh kabecikan kanggo ngasilake badan jasad Buddha. Panjenengan kudu mangerteni dene badan jasad Buddha minangka asil saka ringkesan kabecikan sing gedhe banget. Ing *Pamardikan ing Tangan Kita*, dijlentrehake dene kanggo ngasilake siji pori-pori badan jasad Buddha, dibutuhake sakabehing kabecikan sing bisa ditemokake ing dunya, klebu kabecikan Pakasunyataning Dhewe, Pamiyarsa, semono uga raja sing nyekel roda utawa *Chakravartin*. Menawa Panjenengan banjur ngepingake kabecikan sing dibutuhake kanggo ngasilake sakabehing pori-pori badan jasad Buddha kanthi satus, banjur iku iku cacah kabecikan sing dibutuhake kanggo ngasilake amung siji saka wolung puluh panjenengan liyane badan jasad Buddha.

Kanggo ngasilake siji panjenengan utama badan jasad Buddha, dibutuhake ringkesan kabecikan ping satus kabecikan sing dibutuhake kanggo ngasilake sakabehing panjenengan liyane badan jasad Buddha. Kanggo ngasilake siji panjenengan utama Buddha, yaiku *urnamenyangsa* (rambut nggelung menyang ing sing ditemukna antarane alis matane Buddha), dibutuhake ringkesan kabecikan cacah ping sewu kabecikan sing dibutuhake kanggo ngasilake sakabehing panjenengan utama Buddha. Kanggo pentholan mahkutha mustaka utawa *ushnisha*, iki diasilake saka ping satus ewu kabecikan sing dibutuhake kanggo ngasilake *urnamenyangsa*. Menawa Panjenengan ngepingake kabecikan sing dibutuhake kanggo ngasilake pentholan mahkutha mustaka badan jasad Buddha kanthi  $10^{15}$ , banjur Panjenengan bakal nduweni kabecikan sing cukup kanggo ngasilake pocapan



Buddha. Prekara iki dijlentrehake ing *Untaian Sotya* anggitané Nagarjuna lan uga ing *Bodhisatwabhumi* anggitané Arya Asanga.

Kanthi ngrungokake katrangan iki, Panjenengan saiki anbab wewayangan sepira agung kabecikan sing dibutuhake kanggo ngasilake badan jasad Buddha. Dijalari dening surasaning badan jasad Buddha iki, surasaning sing nggawe lelakon cecawisan kita, pangurmatan, lan sakpiturute, sing ditindakake Gegandhengan karo wujuding badan jasad iki, nyengkuyung migunani banget.



*KCI / Vivi Siskayanti*



## ~\*~ DINA KALORO ~\*~ PASAMUWAN AWAN

**P**anjenengan wis nggugah kekarepan sing becik esuk iki, nanging Panjenengan wis ngaso cukup dawa nganti bisa dadi Panjenengan nduweni saweneh pamikiran sing beda-beda. Kanthi kaya mangkono, kekarepan wiwitan Panjenengan bisa uga wis sansaya alum dening saweneh pamikiran sing tuwuh kasebut. Bakal becik banget sekali kanggo njupuk sathithik wektu saiki kanggo nggugah maneh kekuwatan wiwitane. Kanggo iki, Panjenengan kudu ngelingake dhiri Panjenengan dhewe dene Panjenengan saiki wis nggayuh klairan minangka manungsa sing becik banget, sing nduweni kamardikan lan kabegjan sing becik. Nanging, wujuding panguripan iki bakal rampung lan Panjenengan ora weruh kapan iku bakal dumadi. Panjenengan saiki bakal nggunem ing dhiri Panjenengan dhewe dene sadurunge Panjenengan seda, Panjenengan kudu sakuwat tenaga nindakake sakabehing sing Panjenengan bisa sacepete kanggo nggayuh Kabuddhan, kanthi pangajab mardikakake sakabehing jalma urip saka panandhange lan nyengkuyung dheweke tumuju kabagian. Kanthi tujuwan iki, Panjenengan saiki bakal ngrungokake, mbatinake, lan mbatinake urutan dalan kanggo katelu jinis penggladhi sing nyengkuyung menyang kasampurnan iki.



Kita wis ndeleng saweneh kuwalitas Buddha. Kanthi khusus, kita wis miwiti ndeleng kuwalitas-kuwalitasing badan jasade Buddha. Panemu kuwalitas badan jasad Buddha iku dene dheweke sing ndeleng badan jasad Buddha ora bakal bisa nyelaki, amerga badan jasade tansah maremake kanggo disawang. Maneh, amung kanthi ndeleng badan jasad Buddha, iki bisa ngasilake asil sing becik ing mbiyantu Panjenengan tumuju pamardikan saka sakabehing panandhang samsara kanthi sakabehe, berikut kasantosan pribadi.

### **Kuwalitas Pocapan Buddha**

Menawa pengin ngringkes kuwalitas iki, kita kudu ndeleng swidak papat kuwalitas sing diduweni dening pocapan Buddha. Nanging, iki bakal mangan akeh wektu. Kita ora duwe wektu kanggo ngrembug sakabehe, nanging kanggo mangerteni luwih becik kaya apa pocapan Buddha, Panjenengan bisa njupuk tuladha saka patang puluh utawa seket wong ing papanan iki. Menawa dhewe-dhewe saka Panjenengan nakokake pitakonan Ing aku, aku kudu mangsuli pitakonan kasebut siji siji, menahi wangsulan sing beda-beda kanggo saben wong sing ana. Nanging, kuwalitas pocapan Buddha beda-beda. Penjalukane patang puluh utawa seket wong, uga menawa saben jalma ing telu alam lan sepuluh penjuru kanthi bebarengan ngaturake pitakonan pribadi dheweke ing Buddha, banjur Panjenengane bakal bisa mangsuli dheweke sakabehing sesuai kabutuhan lan tumindak tumindakdhewe-dhewe pribadi, tanpa kudu menahi wangsulan kanthi pribadi utawa matur akeh prekara sing beda-beda, nanging cukup kanthi ngaturake sak syair bae. Siji syair sing diucapake dening Buddha





bakal keprungu dening pribadi ing basane dhewe-dhewe lan wangsulan kasebut bakal mangsuli kanthi pas apa sing ditakokake wong kasebut lan dijumbuhake karo kabutuhane. Katrangan iki ngringkesake kualitas pocapan Buddha sing paling wigati.

Siji tuladha sipating pocapan Buddha yaiku *Prajñaparamita Sutra* sing ana ing saweneh versi dawa sing beda-beda. Versi paling dawa kaimpun saka satus ewu gatra-gatra, versi dawa sedhengan nduweni rong puluh ewu gatra-gatra, lan versi sing luwih cendhak sing ana ing siji jilid nduweni wolung ewu gatra-gatra. Panjenengan bisa uga mikir, '*Menawa ing sawijining dina Buddha mulangake Prajñaparamita Sutra satus ewu gatra-gatra lan wolung ewu gatra-gatra ing dina sabanjure*,' lan sakpiturute. Nanging, dudu kaya mangkono carane katelu jinis versi sing beda-beda iki dumadi. Sejatine, Sang Buddha mulangake *Prajñaparamita Sutra* amung ping siji. Versi-versi sing beda-beda iki tuwuh amerga dheweke sing Panjenengane wastani kanggo ngrungokake sutra iki beda-beda, jumbuh karo kabutuhan lan kabisan dheweke. Kanthi ukara liya, dheweke sing mbutuhake katrangan sing luwih amba ngrungokake versi ing satus ewu gatra-gatra (sesulihane ing basa Tibet nduweni nem belas jilid). Dheweke sing mbutuhake katrangan sedhengan ngrungokake ing rong puluh ewu gatra-gatra, sesulihane kaimpun saka nem jilid. Dheweke sing kabutuhane ngrungokake versi sing luwih cendhak ngrungokake ing wolung ewu gatra-gatra, sing ana ing siji jilid sesulihan, klebu versi liyane uga. Dheweke sing amung mbutuhake ngrungokake versi sing ringkes banget bakal ngrungokake *Sutra Ati*, versi sing paling ringkes saka *Sutra Panyempurna Kawicaksanan*.



Menawa Panjenengan wis meruhi ana sutra minangka perangan saka tunggangan gedhe utawa sutra Mahayana, lan ana sutra sing diwarahake kanggo dheweke sing amung panemu ing pamardikane pribadi. Sepisan maneh, Panjenengan ora samesthine membayangkanke dene ing kleru sawijining dina Buddha mangkat menyang papan panggonan lan mulangake sutra Mahayana ing sagolongan pandhemen tartamtu lan ing dina liyane Panjenengane lungatumujupapanpanggonanliyalanmulangakesutrasingditujukake kanggo dheweke sing amung golek pamardikane pribadi. Sejatine, sutra-sutra iki diwarahake ing wektu sing padha kanggo jalma kanthi tumindak tumindak sing beda-beda. Kanggo dheweke sing nduweni tumindak tumindak Mahayana bakal ngrungokake sutra Mahayana. Dheweke sing amung nduweni tumindak tumindakngarep-arep pamardikan pribadi bakal ngrungokake sutra Theravada. Sejatine, kaya mangkono sipat-sipat dhasar pocapaning Sang Buddha. Panjenengane ora prelu menehi ajaran sing beda-beda ing jalma sing beda-beda ing wektu sing beda-beda. Panjenengane bisa mulang ing wektu sing padha lan tembung-tembunge bakal dimangerteni kanthi beda-beda manut kabutuhan lan tumindak tumindak sing ana.

Senajan kaya mangkono, menawa kuwalitas sing paling wigati saka pocapan Buddha iku, berkat pocapan Buddha, Panjenengan bisa ngurangi kamurkan, kadarbenan, lan ngrantasi kaora weruhan panjenengan. Iki minangka kuwalitas sing wigati saka pocapan Buddha. Minangka panuntuning kita, Jey Tsongkhapa sing agung asung puja puji marang Sang Buddha, '*Ora ana siji ukara uga sing Panjenengan ucapake sing ora kanggo ngurangi*



*panandhanging jalma urip lan ngembangake kabagjane,* lan iki sipating utama saka pocapan Buddha. Saben ukara sing diucapake dening Buddha bakal tumindak kanthi tujuwan becik kanggo mbiyantu jalma urip ngrantasi saweneh wujuding panandhang utawa tumindak kanggo menahi kabagjan sing luwih agung.

## **Kuwalitas Batin Buddha**

Kuwalitas batin Buddha iku ora kaganti. Menawa kita pengin njlentrehake kanthi jangkep, bakal mbutuhake akeh wektu. Ana sepuluh kekuwatan, papat jinis katanpa-wedian, lan saktipurute. Senajan kaya mangkono, ing Lamrim, sakabehing kuwalitas batin sing akeh iki ing dhasare diringkes dadi loro – kuwalitas kaweruh Buddha lan kuwalitas welas asihe.

## **Kaweruh Buddha**

Kaweruh utawa kawicaksanan Buddha iku apa bae sing ngluwahi sakabehing kekadeyan sing bisa diweruhi. Ing siji pikiran, Buddha meruhi sakabehing sing ana. Nalika panjenengan nggladhi mangerteni siji kekadeyan, prekara kasebut bae wis mbutuhake upaya sing agung lan sekali panjenengan meruhi siji prekara kanthi jangkep lan pas, artine dudu supaya Panjenengan bisa meruhi sakabehing kekadeyan. Ing sudhut liyane, kawicaksanan Buddha iku kawicaksanan anggone panjenengan meruhi sakabehing apa bae kanthi kanthi pas. Maneh, minangka dudu-Buddha, Panjenengan bisa uga mangerteni kekadeyan kaya padatane, nanging Panjenengan ora bisa ing wektu sing bebarengan mangerteni bebener sing paling dhuwur utawa kasunyatan. Menawa Panjenengan nggatekake



ing kekadeyan kaya padatane, Panjenengan ora bisa mangerteni surasaning sing paling dhuwur, utawa kasunyatan, ing wektu sing bebarengan; lan sabanjure, nalika Panjenengan kanthi langsung mangerteni kasunyatan, Panjenengan ora bisa ing wektu sing bebarengan mangerteni kekadeyan kaya padatane. Buddha nyadhari kasunyatan sakabehing kekadeyan, lan ing wektu sing bebarengan, meruhi kanthi sampurna surasane kaya padatane.

Penjalukane jalma biyasa kaya kita bisa mangerteni kaloro bebener kanthi bebarengan, sing mesthine ing sanjabane kabisan kita, uga Arya Bodhisatwa uga ora saguh mangerteni kaloro bebener kanthi bebarengan. Nalika Arya Bodhisatwa mangerteni kasunyatan kanthi langsung, Panjenengane ora bisa mangerteni kekadeyan kaya padatane kanthi bebarengan. Kaya mangkono sabanjure, nalika Panjenengane lagi bae mangerteni kekadeyan kaya padatane, Panjenengane ora bisa mangerteni surasane sing paling dhuwur utawa kasunyatan kanthi bebarengan. Prekara iki kanggo sakabehing Bodhisatwa, saka Bodhisatwa urutan-urutan wiwitan nganti kasepuluh. Ing dalan Bodhisatwa urutan-urutan kasepuluh, isih ana kang mbetengi sing banget alus sing mencegah panemu loro bebener kanthi bebarengan. Ing wektu wiwitan kang mbetengi kasebut bisa karampungake, kanthi ukara liya, Ing wektu sing paling pungkasan saka urutan-urutan Bodhisatwa kasepuluh, Sang Bodhisatwa wis ngrantasi kang mbetengi pungkasan tumuju kamaha weruhan lan dadi Buddha. Sabanjure saka kana, Panjenengane bisa kanggo mangerteni kaloro bebener, kaya padatane lan sing paling dhuwur, kanthi bebarengan.



## Welas Asih Buddha

Kuwalitas utama sing kaloro saka batin Buddha iku welas asihe sing agung utawa ana watese. Kita ngerti dene kanggo dudu-Buddha utawa jalma biyasa kaya dhiri kita, kita amung bisa nggugah sathithik welas asih nalika kita ngrasakake panandhang sing nyata saka jalma urip. Senajan panandhang nyata para jalma wis bisa rinasa, menawa isih susah kanggo kita kanggo nggugah welas asih. Sing mesthi, amung nalika panandhang jalma bisa langsung kita rasakake, banjur kita bisa ngrasakake sathithik welas asih, nanging ing liya wektu kita ora nggugah welas asih. Nanging, kaya sing wis Panjenengan sawang, kaweruh Buddha iku sampurna lan mulane, Buddha ngrasakake panandhang saka sakabehing jalma kanthi sampurna. Amerga ora ana wektu ing kono jalma urip ing samsara ora ngrasakake siji utawa liya jinis saka panandhang, banjur Panjenengan bisa mangerteni dene welas asih Buddha disunarake terus-terusan. Ora ana wektu ing kono, tuladhane, Buddha ngrasakake welas asih lan ing wektu sing liya ora. Welas asih Buddha tuwuh terus-terusan lan ora kandheg.

Panjenengan weruh dhewe betapa Panjenengan peduli lan ngrumangsani kasihan kanthi dhiri Panjenengan dhewe. Dalai Lama kapitu, Menyanglsang Gyatso, matur dene welas asih sing Panjenengan rasakake kanggo dhiri Panjenengan dhewe sathithik uga bisa dibandhingake kanthi welas asih sing Buddha rasakake tumrap sakabehing jalma.



## **Kuwalitas Pakarti Buddha**

Kuwalitas kapapat saka Buddha ana gegayutane karo pakartine. Panjenengan bisa mangerteni pakarti Buddha saka loro pamenu – saka pamenu agen sing nindakake pakarti, yaiku Buddha iku dhewe; lan saka pamenu objek saka pakartine, yaiku jalma urip. Jinis sing kaloro – pakarti Buddha ditinjau saka pamenu objek saka pakartine, amung nudhuhake ing kabecikan kanggo jalma urip. Sakabehing kabagjan lan kabecikan kita iku ‘pakarti Buddha’. Dheweke iku pakarti Buddha ing dhiri kita. Kepiye Panjenengan bisa mangerteni dene kabagjan Panjenengan iku pakarti saka Buddha? Wiwitan, Panjenengan kudu ngelingi dene saben wektu kabagjan cendhak sing Panjenengan rasakake iku asil saka kabecikan sing Panjenengan asilake sadurunge. Kepiye Panjenengan bisa ngasilake kabecikan ing dhiri Panjenengan? Amerga di siji lan liya titik, Panjenengan wis diwarahi apa iku kabecikan lan kepiye nggugahe. Saweneh wong ing uripe bisa uga kanthi rasakake wis nyengkuyung wong becik lan luwih milih kanggo nindakake kabecikan. Dheweke bisa bae lair kanthi kuwalitas kasebut, nanging di siji lan liya sudhut ing mangsa sadurunge, dheweke wis nggawe kabiasaan dadi becik kasebut. Kepiye dheweke nindakake? Amerga dheweke diwarahake kepiye nindakake, apa ing panguripan saiki utawa uga ing panguripan mbiyen. Di siji lan liya wektu uga, dheweke wis diuntungake saka sengkuyungan sing mulangake dheweke apa iku kabecikan lan kepiye nggugahe. Wong kasebut bisa uga tuwuh minangka guru kahanan kebatinan utawa dheweke bisa uga njupuk wujud sing liya nanging asile tetep padha. Guru sing mulangake



kabecikan kasebut, dheweke dheweke, sejatine iku minangka pawujudane saka Buddha lan bisa nindakake tumindak minangka guru sing mulang kabecikan lumantar berkahing Para Buddha. Kanthi cara iki Panjenengan bisa mangerteni dene sakabehing kabecikan ing dhiri Panjenengan iku pakarti saka Buddha.

Sipating saka pakarti Buddha iku ujug-ujug lan tanpa upaya, sing banget beda-beda saka pakarti jalma biyasa kaya Panjenengan. Nalika Panjenengan pengin nggayuh apa bae, Panjenengan wiwitan kudu nggugah niat kanggo nindakake. Banjur Panjenengan kudu nindakake upaya kanggo ngrampungake apa bae sing Panjenengan tetepake ing batin Panjenengan. Pakarti Buddha sajangkepe beda-beda amerga dheweke ora mbutuhake pangupaya sathithik uga. Uga Bodhisatwa ing urutan pungkasan utawa kasepuluh uga isih mbutuhake urutan pangupaya tartamtu kanggo ngrampungake pakartine dheweke, senjata iku minangka upaya ing wujuding sing sansaya alus. Ing kahanan dheweke, pangupayane dudu minangka apa bae sing kasar lan cetha kaya upaya sing Panjenengan sumedyaaake kanggo nggayuh tumindak Panjenengan. Pangupayane amung arupa panggugahan niat, ing kono Bodhisatwa amung mikir, '*Kanggo jalma iki lan iki, aku bakal nindakake prekara iki lan iku.*' Amung iku bae sing dibutuhake minangka upaya. Bandingake kanthi apa sing kudu Panjenengan dadi ganti kanggo ngrampungake apa bae, tamtune ora bisa dibandhingake! Panjenengan kudu ngetokake sakabehing daya tenaga kanggo rencana utawa proyek Panjenengan, supaya saguh ngrampungake. Amerga pakarti Bodhisatwa di urutan



kasepuluh isih gumantung ing niat sing kudu dituwuhake ing awake dhewe supaya bisa nindakake apa bae, banjur pakartine isih durung ujug-ujug lan tanpa upaya kaya sing diduweni dening Buddha.

Dadi pakarti Buddha ora mbutuhake panggugahan niat apa bae ing batining Buddha. Kaya sing kita ucapake, pakartine ujug-ujug lan tanpa upaya. Dheweke gumantung ing sajangkepe ing kesiyapane pandhemen Buddha sing bakal ditelukake dening Buddha. Menawa batin wis nyengkuyung suci ing urutan tartamtu, banjur pakarti Buddha bakal dhewekan terkebaki ing pribadi kasebut. Kita bisa nggawe paribasan kanggo mangerteni pakarti ujug-ujug lan tanpa upaya sing diduweni Buddha. Nalika sasi purnama sumunar ing angkasa, ing endi bae ana banyu ing ndhuwuring bumi (apa iku samudera agung, rawa, cembengane banyu, utawa uga tumetesi banyu ing pucuking godhong suket), nalika banyu kasebut wening lan alus, cahyaning wulan bakal sumunar kanthi dhewekan ing sandhuwuring banyu kasebut. Sasi kasebut ora prelu mikir, '*Saiki, aku bakal nyunarake rupa aku ing sandhuwuring banyu iki.*' Sing iku sandhuwuring banyu kasebut kudu alus lan wening. Banjur nalika sakabehing kahanan kasebut dumadi, cahyaning wulan bakal kanthi dhewekan sumunar ing dheweke. Prekara sing padha persis linaku tumrap pakarti Buddha.

Nalika ilining batin Panjenengan nyengkuyung luwih wening, pakarti utawa berkah saka Buddha bakal mlebu menyang ing dhiri Panjenengan. Urut-urutan saka berkah utawa pakarti sing bakal Panjenengan tanpa bakal berbanding lurus kanthi urutan kaweningan ing dhiri Panjenengan. Menawa Panjenengan cukup





murni lan sumedya kanggo ngrungokake ajaran Dharma, banjur pakarti Buddha bisa dumadi liwat guru kahanan kebatinan lan Buddha bakal ngejawantah minangka guru kahanan kebatinan kanggo mulangake Dharma. Kanggo dheweke sing isih durung cukup murni kanggo bisa ngrungokake ajaran kanthi langsung, Buddha bakal ngejawantah ing wujud liya. Pangejawantahane bisa arupa manungsa biyasa utawa kewan amerga para jalma iki durung ana ing papan sing pas kanggo nampa kagunan yen pawujudan Buddha mijil ing wujuding guru kahanan kebatinan. Ing prekara iki, Buddha bakal njupuk wujud liya. Kabisane uga ora winates – bisa arupa manungsa, dudu manungsa, utawa saweneh jinis kewan liar kaya rusa lan sakpiturute. Wujuding apa bae sing bakal mbiyantu pawujudan Buddha kanggo ndayani jalma urip nindakake kabecikan lan ngedohi tumindak ala, banjur Buddha bakal njupuk wujud kasebut. Pakarti saka pawujudan Buddha iki bakal maneka warna. Kaya sing wis kita ucapake, dheweke bisa nduweni kagunan kanggo nggugah kabecikan ing dhiri jalma urip lan bisa uga nduweni kagunan kanggo mbiyantu jalma urip ngrasakake kabagjan sing ora murni.

## **Kuwalitas-kuwalitas Dharma**

Kaya sing wis kita sawang, sotya Dharma ana ing kuwalitas sing ditemokake ing ilining batining arya. Dheweke kaimpun saka loro bebener–bebener pamandhegan lan bebenering sang dalan.

## **Bebener saka Sang Dalan**

Kita bisa njupuk bebener saka sang dalan minangka kasunyatan langsung saka kasunyatan utawa katanpa-akuan



minangka tuladha kanggo mangerteni kuwalitas agung saka sotya Dharma. Kawicaksanan sing mangerteni kasunyatan kanthi langsung bakal mbiyantu tujuwan mungkasi bebandan marang dhiri sing sejati, yaiku akar saka samsara pribadi. Amarga kawicaksanan mangerteni kasunyatan utawa katanpa-akuan iki, banjur pribadi bakal saguh kanggo wiwitan ngrantasi sipat ngebanda gawan ing kahanan sing sejati, banjur perlahan nanging mesthi dheweke bakal bisa ngrantasi sikap ngebanda Ing kahanan sing sejati sing luwih alus, nganti wusanane bisa kanggo bener-bener ndeleng bebener lan ngejur samsarane. Conto liyanene iku batin kasampurnan utawa bodhicitta sing nduweni kuwalitas lan kagunan sing agung uga. Sing dientuki disebut sotya Dharma ing dhasare nduweni kekuwatan kanggo sajangkepe ngejur sikap mentingake awake dhewe.

Nalika kaloro kuwalitas saka sotya Dharma iki disawijkake (batin kasampurnan lan kawicaksanan mangerteni katanpa-akuan kanthi langsung), prekara iki kanthiurut bakal mbiyantu dheweke kanggo ngrantasi sakabehing kang mbetengi lan tilase-tilase, kaloro kuwalitas iki banjur bakal mbiyantu nyengkuyung Buddha. Dadi, yaiku saweneh tuladha saka kuwalitas sotya Dharma sing nggegirisi saka pamenu bebener saka sang dalan.

### **Bebener saka Pamandhegan**

Prekara liya saka sotya Dharma iku bebener pamandhegan. Pamandhegan sejati iku prekara panyucen Ing dheweke sing digayuh liwat dalan sejati. Yaiku apa bae sing urut. Nalika se nggayuh marga pengsawangan, prekara wiwitan saka sang dalan



disebut dalam tanpa sumela; lan wektu wiwitan saka dalam tanpa sumela kasebut bakal mbiyantu kanggo nggayuh penyisihan saka sikap ngebanda gawan. Yaiku wiwitan saka bebener pamandhegan ing dhiri. Nanging prekara panyucen iki ora mandheg ing kana, ananging terus mlaku. Wong kasebut banjur lanjut anbab luwih akeh pamandhegan nganti ing wusanane urutan kang mbetengi sing paling alus bisa dirampungake. Semono sakabehing kang mbetengi sing diduweni wis disingkirake sakabehing, banjur bebener pamandhegan wong kasebut bakal dadi prekara saka badan jasad bebener Buddha, sing kita sebut *Svabhavakaya*.

Kanggo njlentrehake kuwalitas sotya Dharma kanthi cara sing liya, kita bisa nggandhengake kanthi urutan dalam tumuju kasampurnan. Kuwalitas sing paling wiwitan saka sotya Dharma kaimpun saka kuwalitas sing kita gayuh ing dhiri kita, sing mbiyantu kita ngedohi klairan ing alam kang cethek. Amerga kita kanthi urutan nggugah kuwalitas saka urutan dalam ing dhiri kita, banjur kita bakal mungkasi karma sing menawa ora, bakal nguncalake kita menyang tumimbal laire ing samsara kaya umume. Kanthi cara iki, banjur kita kanthi urutan nyingkirake apa sing kudu disingkirake lan nggayuh kuwalitas-kuwalitas becik, kita bakal obah sansaya cedhak menyang panggayuhan Kabuddhan nganti kita bener-bener nggayuh. Sakabehing iki berkat kuwalitas saka sotya Dharma.

### **Kuwalitas-kuwalitas Sangha**

Sakabehing yaiku kuwalitas sing ditemokake ing ilining batin Sangha. Sangha sejatine wis ana ing jalma sing durung ana ing



dalan nanging lagi bae ngupadi kanggo mlebu sang dalan. Kanthi urut, banjur kuwalitas anggota Sangha bakal meningkat, dheweke bakal bener-bener mlebu sang dalan kanthi nggayuh kuwalitas saka marga pengumugan, banjur marga persiyapan, sampai dheweke banjur nggayuh marga pengsawangan lan nyengkuyung Sangha sing sejatine (sejati). Sawise nggayuh urut-urutan arya, Sangha ora mandheg ing kana, nanging dheweke kanthi urut terus ngembangake kuwalitase ing sang dalan nganti urut-urutan sing paling dhuwur. Ing urut-urutan marga pengsawangan, dheweke nyingkirake sikap gawan ngebanda Ing dhiri lan terus ngrembaka saka kana. Mulane, Sangha iku dheweke sing wis nduweni sakabehing kuwalitas sotya Dharma ing ilining batine.

Iki amung katrangan sing ringkes banget saka kuwalitas sotya Sangha sing bisa kita mangerteni kanthi nggandhengake maneh ing kuwalitas sotya Dharma (amerga sotya Sangha iku dheweke sing nduweni kuwalitas sotya Dharma ing awake dhewe). Nanging, menawa kita duwe wektu, kita bisa njlentrehake sotya Sangha sansaya amba maneh, kanthi njlentrehake kuwalitas nggegirisi saka Sangha Tunggalan Pamiyarsa utawa *Sravaka Sangha*; banjur njlentrehake kuwalitas sing sansaya agung saka Sangha Pakasunyataning Dhewe utawa *Pratyekabuddha Sangha*. Kita banjur bisa ndeleng ing *Bodhisatwa Sangha* lan nggatekake, tuladhane, kuwalitas-kuwalitas saka Bodhisatwa bumi wiwitan, kaloro, katelu, lan sakpiturute, nganti urut-urutan kasepuluh. Sangha-sangha iki nduweni kuwalitas sing gedhe banget nganti angel kanggo dijlentrehake nanging bisa uga bae kanggo nindakake. Nanging, kita ora nduweni wektu kanggo ndeleng sakabehing iki kanthi jangkep saiki.



Kita amung bisa nyebutake kuwalitas-kuwalitas saka disiplin sila Sangha sing murni lan konsentrasine. Para Sangha wis nyatakake saweneh agung jinis konsentrasi utawa padhadhi sing beda-beda. Minangka asile, dheweke wis nggayuh saweneh kekuwatan, kawaskitan, lan kekuwatan kasekten liyane. Maneh, ana kuwalitas saka kawicaksananging Sangha uga. Sakabehing iki njlentrehake kanthi ringkes kuwalitas saka sotya Sangha.

Kanthi nyadhari sakabehing kuwalitas saka sotya Buddha, sotya Dharma, lan sotya Sangha iki, Panjenengan bisa njupuk perlindungan kanthi pangertenan, amerga *Triratna* nduweni kuwalitas-kuwalitas iki, menawa ndeleh kapitayane ing *Triratna*, banjur prekara kasebut bakal dadi wong kasebut kanggo wiwitan, kalindhungi saka panandhang ing alam kang cethek, banjur saka panandhang samsara kanthi sakabehe lan uga kasantosan pribadi. Yaiku cara wiwitan pangayomaning kita.

Saiki bayangke sing ora ngerti kanthi kuwalitas sotya Buddha, Dharma, lan Sangha kaya sing anyar dijlentrehake nanging menganggep *Triratna* nduweni kabisan kanggo ngayomi dheweke. Dheweke ngrumangsani pitaya kanthi *Triratna* lan pangayoman palane, nanging ora ditemokake pangertenan sing sejatine marang kuwalitas *Triratna*. Ayo kita Bandingake cara pangayoman kaya mangkono kanthi sing pangayoman ing *Triratna* sawise dheweke nyadhari kuwalitas saka ratna dhewe-dhewe , kaya sing kita cithak mau. Nalika mangerteni kuwalitas saka *Triratna*, saora-orane nganti wates kaya sing wis kita cithak, dheweke bakal nggunem Ing awake dhewe dhewe, ‘*Saiki, Triratna kanthi sakabehing kuwalitas iki*



*bener-bener cocok minangka objek perlindungan. Kanthi ndeleh kapitayanku Ing dheweke, aku bakal kalindhungi kanthi empan papan saka kaweden iki lan iku.* Kaampuhan cara pangayoman sing kaloro iki dibandingake kanthi sing wiwitan bakal makaping, ora amung ping atusan nanging nganti ewonan, lan dheweke bakal dadi cara pangayoman sing sansaya empan papan lan nduweni kekuwatan.

Cara njupuk perlindungan sinambi nyadhari kualitas-kuwalitas *Triratna* wis dijlentrehake. Kita bakal njupuk sathithik wektu kanggo mbatinake iki. Bayangke saka ati guru sing sipate siji kanthi Buddha ing ndhuwur mustaka Panjenengan, metu cahya sing sumunar menyang ing papan ngarep Panjenengan. Ing pucuking sinar pancawarna iki, Panjenengan bayangke dhampar singa disangga dening wolu singa ing kono Buddha biyasane lungguh ing ndhuwure. Panjenengan bayangke dene ing ndhuwur dhampar iki ana trate, lapis wulan lan srengenge. Sang Buddha lungguh ing ndhuwur dhampar iki, ngedhep kita kanthi tangan tengene ndemok bumi lan tangan kiwane nyekel mangkuk biksu kebak kanthi amirta. Badan jasade awarna kaya emas. Panjenengan ngupaya membayangke Buddha kanthi cara iki, langsung ana ing sangarepe Panjenengan kanthi menyang dhuwuraning antarane alis mata Panjenengan. Panjenengan ndelenge ing ukuran manungsa lan Panjenengan kudu nyoba mikir dene Panjenengane bener-bener ana ing sangarepe Panjenengan. Panjenengane nyunarake cacahé cahya sing agung saka sakabehing perangan badan jasade lan katon mesem kaya-kaya Panjenengane seneng ndeleng kita. Limang menit kanggo mbatinake Buddha kanthi cara kaya iki.



*[Semedi]*

Panjenengan saiki wis mbatinake Buddha ing sangarepe Panjenengan. Cara sabanjure iku matur ing dhiri Panjenengan, senajan Panjenengan saiki ngrasakake klairan minangka manungsa sing unggul, mardika, lan terberkahi, Panjenengan ora weruh kapan Panjenengan bakal ngrasakake panandhang ora nguwati ing alam kang cethek. Kapan bae Panjenengan bisa keblowok menyang ing siji saka saweneh kahanan kasebut lan kudu ngrasakake panandhang kang nggegirisi saka klairan kaya mangkene iku. Maneh, senajan sawetara iki Panjenengan isih bisa nguwalake dhiri saka nasib kaya iku, nanging saiki uga Panjenengan isih kudu ngrasakake saweneh jinis panandhang, padha kaya sakabehing jalma ing kahanan samsara, amerga Panjenengan wis njupuk klairan kanthi skandha-sing dientuki sing ora murni. Prekara kasebut minangka kahanan sing angel kanggo Panjenengan. Kahanan Panjenengan saiki ora ana sing apik. Senajan kaya mangkono, Panjenengan saiki nduweni kabegjan sing becik banget, kanthi anane Sang Buddha ing ngarep Panjenengan sing nduweni kabisan sampurna kanggo ngayomi Panjenengan saka panandhang ing alam kang cethek ing khusus, panandhang samsara ing umume, lan saka kasantosan pribadi. Nganti saiki, Panjenengan durung bisa bener-bener ndeleh kapitayan Panjenengan ing *Triratna*, diwiwiti kanthi Buddha. Nanging kaya mangkono, Panjenengan nduweni kasempatan kanggo nindakake saiki lan Panjenengan bakal ngupaya ngelingi maneh kuwalitas nggegirisi saka badan jasad, pocapan, batin, lan pakarti Buddha. Sawise nindakake, Panjenengan bakal nyadhari



dene menawa Panjenengan mitayakake dhiri Panjenengan dhewe ing Buddha, Panjenengan tamtune bakal kalindhungi kanthi empan papan saka saweneh panandhang. Panjenengan bakal mbatinake kualitas badan jasad Buddha ing khusus - ndeleng badan jasad kayadene sak gepok emas murni utawa nyunarake cahya saka sewu srengenge. Panjenengan bakal ngupaya ngelingi maneh kualitas nggegirisi saka badan jasad Buddha sebecik sing Panjenengan bisa. Limang menit kanggo semedi iki.

*[Semedi]*

Saiki Panjenengan bakal nyawijikake sang guru, Buddha, sing wis Panjenengan wayangake ngejawantah saka ati guru ing ndhuwur mustaka Panjenengan, maneh mlebu menyang ing ati sang guru, Buddha, ing ndhuwur mustaka Panjenengan.

Prekara sabanjure sing kudu dimangerteni iku cara njupuk perlindungan sinambi nyadhari ciri-cirine dhewe-dhewe marang objek perlindungan - *Triratna*. Nanging, sadurunge kita miwiti babagan iki, ana sathithik wektu kanggo Panjenengan kanggo takon.





## ~\*~PASAMUWAN TANYA JAWAB~\*~

### **Pitakonan:**

Rinpoche, sadurunge Panjenengan nyebutake dene kabagjan, kaora-senengan, lan rasa netral sakabehe iku perangan saka panandhang. Nanging, awan iki, disebutake dene nalika kita nduweni kabagjan, iku iku perangan saka kabegjan kita. Apa iku uga minangka perangan saka panandhang?

### **Panjarwa:**

Apa sing Panjenengan maksud sing dienggo ing njlentrehake pakarti Buddha, Rinpoche njlentrehake dene kabecikan sing kita rasakake uga tumindak saka Buddha?

### **Penanya:**

Ya, iku sing aku maksud. Kabagjan sing kita darbeni, apa iku jinis kabagjan sing beda-beda kanthi sing kita rasakake ing rasa seneng, ora seneng lan netral?

### **Panjarwa:**

Bisa uga kabingungan iki tuwuh amerga kurange satiti ing Panjarwanku. Gegandhengan karo telu jinis rasa sing Panjenengan



darbeni iki – rasa seneng, lara, lan netral, Rinpoche matur dene dheweke sakabehing iku surasaning saka panandhang. Kanthi matur dene dheweke sakabehing iku panandhang uga ora bener. Cetha dene kabagjan utawa rasa sing becik dudu panandhang. Nanging, diucapake dene dheweke nduweni surasaning panandhang, sing dudu prekara sing persis padha. Dadi nalika kita ngrembug babagan rasa nyenengake sing kita rasakake utawa kabagjan, diucapake dene pakarti Buddha sing rampung ing dhiri kita, pandhemene. Bener dene rasa nyenengake sing kita darbeni surasane iku panandhang nanging senjata kaya mangkono dheweke iku pakartine Buddha sing dumadi ing dhiri kita. Jinis rasa nyenengake utawa kabagjan sing bisa kita rasakake saiki disebut kanthi '*kabagjan sing ora sejati*'. Surasane iku panandhang lan ya iku sawetara iki sing bisa kita rasakake. Iki amerga kita durung bisa nggayuh kawicaksanan liwat mangerteni kasunyatan utawa katanpa-akuan. Menawa wis bisa, banjur kita bakal nduweni dalan ing jinis kabagjan utawa kabagjan sing liya, sing sipate murni. Dadi, sakabehing sing bisa kita rasakake iku apa sing kita sebut kanthi kabagjan sing ora murni. Kena apa kabagjan sing ora murni surasane iku panandhang? Amerga dheweke gegayutan kanthi saweneh jinis reregeding batin utawa perangan batin kang ngribedi. Senajan kaya mangkono, senjata dheweke iku apa bae sing ora murni amerga kaoramurnian kita, nanging dheweke isih dianggep minangka pakarti Buddha.

### **Pitakonan:**

Nerusake pitakonan sadurunge, menawa nduweni akeh kang mbetengi batin amerga reregeding batin ala, banjur iku jarwane



jinis kabagjan sing kita rasakake, ing aran aku, “*kabagjan dunyawu sing karegedan*”. Nanging, menawa kang mbetengi batin alon-alon dijunjung liwat lelakon Dharma, banjur aku pitaya dene kabagjan sing bisa kita tuwuhake kanggo dhiri kita dhewe dadi wujuding kabagjan sing stabil. Dadi, menawa pakarti Buddha iku kanggo mbiyantu kita nggayuh kabagjan, apa banjur saweneh wujuding kabagjan sing stabil iki, kaya sing wis aku cethakan sadurunge, bakal dadi luwih menyang kabagjaning dunya sing karegedan?

### **Wangsulan:**

Mesthi bae tujuwan sing paling dhuwur sakabehing Buddha iku supaya Panjenengan bisa anbab kabagjan sing stabil sing ora lagi ngrasakake kagpanasiran. Nanging kaya mangkono, Panjenengan durung sampai menyang urutan ing kono Panjenengan bisa ngrasakake wujuding kabagjan kasebut. Senajan kaya mangkono, ing mangsa kasebut, pakarti Buddha isih makarya ing dhiri Panjenengan. Dheweke njupuk wujuding kabagjan sing ora stabil lan ora murni kaya sing Panjenengan rasakake saiki. Senajan prekara kasebut dudu tujuwan sing paling dhuwur saka Para Buddha, dheweke minangka tujuwan sing sawetara. Nanging ya kabeh iku sing bisa Panjenengan rasakake nganti saiki. Dadi senajan dheweke karegedan dening saweneh reregeding batin, ora stabil, lan ora murni, tetep bae iku minangka apa bae – sing wis minangka pakarti Buddha. Sejatine ora bisa uga kanggo nyebutake siji siji sakabehing jinis pakarti Buddha sing beda-beda. Nanging, Buddha Maitreya ing *Ornamen Kasunyatan Padhang* ngringkesake ing urutan pitu likur jinis pakarti. Sing wiwitan saka sakabehing yaiku nentremake



panandhang ing alam kang cethek lan mbiyantu jalma urip nggayuh kabagjan ing alam sing luwih dhuwur. Kaya sing Panjenengan weruhi, kabagjan ing alam dhuwur iku kaya sing Panjenengan darbeni, apa bae sing asipat sawetara. Dheweke isih ora murni amerga karegedan dening reregeding batin. Senajan kaya mangkono, dheweke tetep bae pakarti Buddha. Sakabehing iki sing bisa Panjenengan gayuh ing wektu iki. Yaiku cara wiwitan nanging dheweke minangka cara menyang arah sing bener lan mula saka iki minangka pakarti Buddha.

### **Pitakonan:**

Kapan wektu kang becik kanggo nyinaoni kasunyatan?

### **Wangsulan:**

Mesthi bae ana wektu kanggo nyinaoni babagan kasunyatan. Nanging, ana saweneh gegladhen sing wiwitan sing kudu kita latih sadurunge miwiti nyinaoni babagan iki. Menawa Panjenengan mlumpat lan ngupaya kanggo mangertenine, iki kaya ngupaya mulangi bocah cilik bab saweneh prekara ilmiah sadurunge dheweke nyinaoni aksara abjad. Mulane, Panjenengan kudu menunggu nganti wektune nalika Panjenengan wis sumedya kanggo miwiti nyinaoni kasunyatan. Maneh, tata cara pasinaonan saweneh babagan ing konteks Dharma cukup beda-beda kanthi pasinaonan ing sekolah utawa uga ing universitas. Tujuan sinau iku kanggo nindakake lan nggawa pangowahan ing dhiri Panjenengan dhewe. Panjenengan kudu nindakake kanthi urutan. Amung nalika batin Panjenengan wis owah kanthi apa sing Panjenengan sinaoni lan tindakake ing wektu saiki iki, banjur pas kanggo njangkah menyang babagan sabanjure. Mula saka iku, yaiku prekara kahanan



kebatinan pribadi utawa tumangkare. Nalika Panjenengan wis kelatih lan matengake ilining batin Panjenengan kanthi saweneh cara iki, lan nalika wektune teka, anyar sawise iku pas kanggo mulai nyinaoni lan nindakake babagan-babagan sing luwih dhuwur.

### **Pitakonan:**

Apa bisa Rinpoche njlentrehake beda antarane matenge karma kanthi pakarti Buddha?

### **Wangsulan:**

Ora ana beda antara kalorone. Kasunyatan dene karma becik Panjenengan mateng lan minangka asile, Panjenengan ngrasakake saweneh asil utawa rasa sing becik uga minangka pakarti Buddha. Kaya sing wis dijlentrehake, kabagian sing Panjenengan rasakake iku asil saka kabecikan sing Panjenengan tuwuhake ing dhiri Panjenengan dhewe ing mangsa sadurunge sing ngasilake karma becik, sing banjur mateng nyengkuyung pengalaman kabagian ing mangsa sing bakal kagayuh. Kaya sing wis dijlentrehake, kepiye Panjenengan wiwitane bisa kasil nggugah kabecikan kasebut? Sejatine nggugah kabecikan iku dhewe wis minangka pakarti Buddha. Kasunyatan dene kahanane banjur teka bebarengan kanggo mateng dadi pengalaman sing becik uga minangka pakarti Buddha. Senajan kaya mangkono, kita bisa luwih setiti babagan prekara iki – matenge karma becik Panjenengan iku proses utawa pakarti. Asil saka pakarti kasebut iku rasa seneng sing Panjenengan rasakake. Dudu pakartine nanging rasa utawa kahanane. Mulane, rong prekara iki sathithik beda-beda. Senajan kaya mangkono, kasunyatan dene kahanan sing nguntungake teka bebarengan kanggo karma becik kanggo



mateng (yaiku prekara sing liyane) uga minangka pakarti Buddha.

Menawa Panjenengan pengin madhakake, Panjenengan bisa ndeleng ing uwohe. Ana proses sing nyebabake woh mateng lan mula saka iki bisa kanggo dipangan. Proses matengake kasebut iku sinebut pakarti. Nalika dheweke dumadi, asile iku woh mateng sing bisa dipangan wong-wong, anbab surasane lan uga kabagjane. Mulane, ana rong prekara sing beda-beda – asil lan prosese. Ing kene, karma uga prekara sing padha. Amerga pitakonan Panjenengan Gegandhengan karo matenge karma becik, dadi kita bisa mbedakake cara-cara sing beda-beda menawa Panjenengan luwih ngerti – matenge karma becik yaiku pakarti utawa proses; lan asil saka dheweke, yaiku pengalaman kang nyenengake.



# PASAMUWAN TANYA JAWAB WIS RAMPUNG

## **Pangayoman Sinambi Nyadhari Ciri-cirine Objek Perlindungan**

Ukuran kaloro saka pangayoman iku njupuk perlindungan karo nyadhari ciri-ciri dhewe-dhewe objek perlindungan utawa apa sing mbedakake objek perlindungan sing siji kanthi sing liyane. Ana nem werna sing beda-beda, ing kono bisa mbedakake dhewe-dhewe Triratna siji padha liya.

## **Beda Ing Sipating Sing meruhi**

Prasarat wiwitan iku sipating sejatine saka dhewe-dhewe Triratna. Apa sing utama nuduhake Buddha iku kasampurnane sing sampurna kanthi kaloro prekarane, yaiku panyucen sampurna lan Panyempurna kuwalitas becik.

Sipating utama saka sotya Dharma iku dheweke minangka asil saka kahanan Buddha ing dunya. Kita weruh dene nalika Buddha ana menyang dunya, Panjenengane mulangake Dharma lan minangka asil saka katrangane, Dharma minangka kasunyatan tuwuh ing ilining batin siswa-siswane, diwiwiti kanthi golongan lima sing unggul.



Sipating saka Sangha iku dheweke kaimpun saka pribadi-pribadi sing ana ing proses nindakake Dharma utawa lagi bae ngasilake Dharma ing ilining batin dheweke.

### **Beda ing Tumindak**

Prasarat kaloro kanggo mbedakake antara Triratna sing siji kanthi sing liyane iku pakarti saka dhewe-dhewe sotya. Pakarti utama saka sotya Buddha iku kanggo mulangake Dharma. Pakarti utama saka sotya Dharma iku kanggo ngilangake kekleruwane lan kaora sampurnanan ing pribadi sing nindakake, mulane dheweke mbiyantu kanggo ninggalake apa sing kudu ditinggalake. Pakarti utama saka Sangha iku tumindak minangka sumbering wangsit utawa kanggo nggugah semangat lelakon Dharma kanggo sing liya. Sangha nggawa Dharma menyang ing lelakon dheweke dhewe lan anbab asil sing becik minangka asile. Nalika iki nyengkuyung cetha kanggo sing liya, dheweke bakal tumindak minangka wangsit kanggo sing liya kanggo melu tilase dheweke. Dadi, kanthi ukara liya kita bisa matur dene pakarti utama saka Sangha iku kanggo dadi patuladhan sing becik.

### **Beda ing Panemu**

Prasarat katelu sing mbedakake dhewe-dhewe sotya siji kanthi sing liyane iku cara dheweke sing beda-beda ing mangsuli panemu pribadi. Kanggo dheweke sing panemu utamane ing gegladhen nggawe cecawisan, aweh pangurmatan, lan sakpiturute, sotya Buddha bakal ngayahi guna kasebut minangka objek perlindungan.





Sotya Dharma mangsuli panemu saka para penggladhi sing kekarepan utamane dudu awesh cecawisan, awesh pangurmatan, lan sakpiturute, nanging panemu kanggo ngasilake Dharma utawa nggugah kuwalitas sing bagus ing dhiri dheweke dhewe. Kanggo dheweke, objek utama saka perlindungan iku Dharma.

Sotya Sangha, ingsudhutliyane, mangsulipanusakadheweke sing utamane panemu kanggo urip ing komunitas kahanan kebatinan.

Dadi, manut telu beda panemu iki, kita nduweni telu sotya sing beda-beda. Iki carane mbedakake telu sotya saka pamenu panemu saka telu kategori pandhemen sing beda-beda.

### **Beda ing Lelakon**

Cara kapapat kanggo mbedakake Triratna iku saka pamenu lelakon. Prekara iki amung jarwane panerapan saka panemu kasebut. Kanthi ukara liya, dheweke sing panemu kanggo nggawe cecawisan lan awesh pangurmatan bakal amung nindakake lelakon kasebut ing gegayutane kanthi sotya Buddha. Dheweke sing panemu kanggo nggawe Dharma kanggo nggugah kuwalitas-kuwalitas sing becik ing dhiri dheweke dhewe bakal nindakake amung kaya iku, lan dheweke sing panemu utamane kanggo urip ing komunitas kahanan kebatinan bakal amung nindakake iku.

### **Beda Gegandhengan karo Ingatan**

Cara kalima kanggo mbedakake Triratna saka pamenu cara sing beda-beda kanggo ngelingi dhewe-dhewe Triratna. Nalika Panjenengan mikirake sotya Buddha, Panjenengan bakal



mikirake kuwalitas-kuwalitas Buddha. Nalika Panjenengan mikirake sotya Dharma, Panjenengan bakal mikirake kuwalitas-kuwalitas saka Dharma, lan nalika Panjenengan mikir sotya Sangha, Panjenengan bakal mikirake kuwalitase. Kanggo prekara iki, ana sutra cendhak sing njlentrehake cara kanggo ngelingi utawa mikirake dhewe-dhewe saka *Triratna*. Menawa Panjenengan ora bisa nudhuhake ing sutra kasebut, Panjenengan bisa amung kanthi ngelingi maneh dene sotya Buddha iku sing nudhuhake perlindungan, sotya Dharma iku perlindungan sing sejati, lan sotya Sangha iku kanca raket utawa sisihan ing perlindungan.

### **Beda Ing Kepingi Kabecikan Bisa Mundhak**

Yaiku cara pungkasan kanggo mbedakake *Triratna* lan yaiku kepiye bisa ngembangake kabecikane Gegandhengan karo dhewe-dhewe sotya. Ana gegayutane karo sotya Buddha, tuladhane nalika Panjenengan njupuk perlindungan Ing Buddha Sakyamuni, banjur gandheng rentenge karo siji wong jalma urip nganti wong kasebut bisa ngembangake kabecikane; minangka mungsuhe nalika Panjenengan njupuk perlindungan Ing sotya Sangha, banjur gandheng rentenge karo saweneh jalma urip nganti wong kasebut bisa ngembangake kabecikane. Ana gegayutane karo sotya Dharma, ing prekara iki dheweke ora Gegandhengan karo jalma urip nganti bisa ngembangake kabecikane, nanging gandheng rentenge karo dudu jalma urip. Mulane, Panjenengan uga bisa ngembangake kabecikan Panjenengan kanthi nggawe cecawisan ing Dharma, nanging mesthi bae, Dharma dudu jalma urip ing prekara iki.



## **Perlindungan Jalaran-Asil (Kausal)**

Nalika kita nyawang cara sing kaloro njupuk perlindungan kanthi nyadhari apa sing mbedakake dhewe-dhewe sotya saka sing liyane manut nem prasarat sing beda-beda iki, prekara iki utamane disawang saka pamenu sing kita sebut kanthi perlindungan kausal. Kanthi ukara liya, perlindungan kausal nudhuhake ing objek perlindungan sing beda-beda saka ilining batin wong iku dhewe. Nalika Panjenengan pangayoman Ing Buddha Shakyamuni, padhang dene Buddha Shakyamuni nduweni ilining batin sing beda-beda saka Panjenengan lan ya iku cara njupuk perlindungan ing Buddha minangka gegladhen perlindungan kausal. Prekara sing padha kanggo Dharma. Nalika Panjenengan njupuk perlindungan ing kuwalitas sing ditemokake Ing ilining batin para arya, Panjenengan dudu nyengkuyung arya lan mulane, perlindungan Dharma dudu perangan saka Panjenengan; dheweke minangka perangan saka ilining batin jalma sing beda-beda saka dhiri Panjenengan dhewe. Prekara sing padha kanggo Sangha. Mulane, cara pangayoman kausal iku gegandhengan karo objek sing beda-beda saka ilining batin Panjenengan dhewe. Tuladhane, nalika Panjenengan pangayoman ing Buddha Sakyamuni, Panjenengan nggugah kapitayan palane, menahi cecawisan, awèh pangurmatan, awèh pamuji, lan sakpiturute. Ing prekara iki, ora ana bisa uga kanggo Panjenengan kanggo nyengkuyung Buddha Sakyamuni amerga Panjenengane iku jalma sing beda-beda saka Panjenengan dhewe.

Aku arep takon menyang Panjenengan siji pitakonan. Aku pengen weruh kanggo Panjenengan sing wis melu ajaran Theravada,



apa dheweke njlentrehake cara njupuk perlindungan kanthi nyadhari apa sing mbedakake dhewe-dhewe objek perlindungan iki nalika babagan pangayoman iki lagi bae diwarahake? Apa minangka kabiasaan kanggo mulangake dene bisa uga kanggo njupuk perlindungan kanthi cara iki? Dadi, nalika Panjenengan pangayoman kanthi cara iki, yaiku kanthi nyadhari apa sing mbedakake dhewe-dhewe sotya saka sing liyane manut nem prasarat sing beda-beda, Panjenengan mangerteni apa sing mbedakake dhewe-dhewe sotya saka sing liya manut nem prasarat iki lan nyengkuyung pitaya sajangkepe lan percaya ing beda iki banjur Panjenengan pangayoman.

Kita bakal ndeleng rong cara kanggo njupuk perlindungan sing liya yaiku '*pangayoman sinambi meruhi peran khusus saka dhewe-dhewe objek perlindungan*' lan '*pangayoman tanpa ngakoni objek-objek perlindungan sing liyane*' sesuk.

## **Bab Tambahan Gegandhengan karo Beda Ing Panemu Pandhemen**

Kita bisa nambahake bab liyane Gegandhengan karo prasarat panemu saka pandhemen kanthi mbatek garis lurus kanthi telung tunggangan. Diwarahake ing *Uttaratantra* dene pandhemen Mahayana utamane bakal pangayoman ing sotya Buddha amerga panemu dheweke utamane iku menehi cecawisan, pangurmatan, lan sakpiturute. Kanggo dheweke sing melu tunggangan Pamiyarsa utawa *Shravaka*, bakal tumindak sesuai panemu dheweke, utamane klebu menyang ing komunitas kahanan kebatinan lan utamane bakal pangayoman ing sotya



Sangha. Kanggo Pakasunyataning Dhewe, amerga panemu dheweke utamane iku nggugah kuwalitas ing dhiri dheweke dhewe, banjur dheweke utamane bakal gumantung ing sotya Dharma.

Nalika Panjenengan ndeleng kahanan Buddha Dharma ing dunya saiki iki, banjur ana bukti babagan apa sing anyar bae disebutake. Ing negara ing kono lumrah ngrembaka Mahayana kaya Tibet lan China, lelakon menahi cecawisan ing Buddha, aweh pangurmatan, ngajeni dheweke, kuwat banget sekali. Sawetara, ing negara ing kono lumrah ngrembaka tunggangan *Shravaka* kaya Sri Langka, Burma lan Thailand, para penggladhi utamane panemu ing komunitas kahanan kebatinan lan Sangha diajani banget. Kanggo dheweke sing melu tunggangan Pakasunyataning Dhewe ora kanthi khusus panemu kanggo urip ing komunitas kahanan kebatinan utawa uga kanthi khusus panemu kanggo nggawe cecawisan lan menghormati Triratna, khusus Sang Buddha. Nanging, panemu dheweke iku luwih menyang manggon ing awake dhewe dhewe lan kanggo nggladhi sotya Dharma ing awake dhewe dhewe. Ora ana bukti wong-wong sing melu tunggangan iki ing dunya saiki iki.

Ana saweneh jinis pandhemen saka tunggangan Pakasunyataning Dhewe. Ana siji kategori sing panemu gegayutan lan nggawe lelakon dheweke kanthi sing liya. Senajan kaya mangkono, kategori utama saka tunggangan yaiku para penggladhi sing luwih seneng manggon ing awake dhewe dhewe. Dheweke panemu kanggo nyatakake pamardikan pribadine ing dunya ing kono ora ana Buddha sing tuwuh. Maneh, dheweke panemu kanggo nyatakake pamardikan dheweke tanpa gumantung ing guru



kahaman kebatinan. Mesthi bae, ing mangsa sadurunge, dheweke gumantung ing guru kahaman kebatinane lan mbatinake sang dalan. Nanging kaya mangkono, dheweke panemu kanggo nyatakake tujuan pungkasan dheweke yaiku pamardikan pribadi utawa kahaman arahat ing papan panggonan ing kono durung ana Buddha sing tuwuh lan tanpa gumantung ing guru kahaman kebatinan ing panguripan wusanane. Dheweke bener-bener wis nyiapake dhiri dheweke dhewe ing panguripan mbiyen lan nalika teka klairan samsarik dheweke sing pungkasan, dheweke njupuk klairan ing papan panggonan durung tuwuh Buddha lan dheweke ora gumantung ing guru kahaman kebatinan. Ana kahaman liyane sing nyengkuyung kagayuhe proses pamardikan dheweke sajangkepe. Dheweke bisa bae nemokake awake dhewe ing pesarean ing kono dheweke bakal ndeleng balung-balunge manungsa sing wis dibong ing kana lan prekara kasebut nggugah proses pambatinan. Dheweke mikir saka ngendi tekane balung-balunge kasebut, duweke sapa iku lan dheweke mikirake maneh proses lair lan mati (kanthi ukara liya, dheweke mbatinake loro belas asal-mula sing gantung-gumantung), prekara iki wusanane bakal dadi dheweke kanggo nyatakake bebener lan nggayuh pamardikan sing sampurna.

Aran sing wis dijarwakake menyang ing basa Inggris minangka ‘Pakasunyataning Dhewe’ iku ‘*Pratyekabuddha*,’ ing basa Sansekerta – ‘*eka*’ jarwane siji/tunggal, ‘*buddha*’ jarwane kasunyatan utawa nyatakake, ‘*praty*’ jarwane kahaman utawa kahaman. Prekara iki njlentrehake cara penggladhi nyatakake tujuwane. Kaya sing wis diucapake, amerga nemoni kanthi



kahanan tunggal utawa kahanan saksuwene panguripan pungkasan dheweke ing samsara kaya nemoni kanthi balung-balunge manungsa ing pesarean, prekara iki nggugah proses pambatinan sing nyengkuyung ing kasunyatan sing paling dhuwur dheweke bakal bebener. Iki kena apa dheweke disebut *Pratyekabuddha*.



*KCI / Vivi Siskayanti*





## ~\*~PASAMUWAN TANYA JAWAB~\*~

### **Pitakonan:**

Rinpoche, tuladhane biksu alas sing tumindak adhedhasar dhiri dheweke dhewe lan dheweke ngarep-arep dadi Buddha, dadi kapan dheweke bakal dadi Buddha? Bakalkah dheweke dadi *Pratyekabuddha*?

### **Wangsulan:**

Ing antaraning para biksu alas ing Thailand, bisa uga ana dheweke sing nduweni tumindak tumindak *Pratyekabuddha* nanging apa dheweke iku apa sing kita sebut kanthi Pakasunyataning Dhewe sing sejatine? Mesthi bae dudu, amerga Panjenengan anyar bae ndeleng dene para jalma iki panemu wektu panguripan pungkasan dheweke kanggo nyatakake pamardikan pribaing dunya ing kono Buddha durung tuwuh. Nanging, amerga Buddha wis tuwuh ing dunya kita, banjur ora bisa uga para penggladhi iki wis nganti ing urutan pungkasan amerga menawa ora, dheweke bakal milih kanggo kalairake ing dunya liya ing kono durung ana Buddha. Ing lingkaran pandhemen Buddha Sakyamuni, ana jalma sing nduweni tumindak tumindak kaya mangkono lan melu tunggangan Pakasunyataning Dhewe. Nanging, ora ana saka dheweke sing ana ing urutan pungkasan saka lelakon dheweke, amerga menawa ora, dheweke ora bakal lair ing lingkaran Sang



—\*—SERAT PANGAYOMAN—\*—

Buddha, nanging bakal kalairake ing wilayah sing durung ana Buddha. Aku nduweni crita sing bisa aku ceritbakal babagan prekara iki, sing endi kedadeyan kasebut dumadi ing papan panggonan ing India sing disebut Sarnath. Aku bakal nyritakake sesuk.

*[Ana candhake]*



## MENGHORMATI BUKU DHARMA

Buddha Dharma adalah sumber sejati bagi kebahagiaan semua makhluk. Ia menunjukkan cara mempraktekkan dan memadukan ajaran ke dalam hidup Anda, sehingga Anda menemukan kebahagiaan yang diidamkan. Karena itu, benda apa pun yang berisi ajaran Dharma, nama guru Anda, atau wujud-wujud suci, jauh lebih berharga daripada benda materi apa pun dan harus diperlakukan dengan hormat. Agar terhindar dari karma tidak bertemu dengan Dharma di kehidupan yang akan datang, jangan letakkan buku Dharma (atau benda suci lainnya) di atas lantai atau ditimpa benda lain, melangkahi atau duduk di atasnya, atau menggunakannya untuk tujuan duniawi seperti mengganjal meja yang goyah. Mereka seharusnya disimpan di tempat yang bersih, tinggi, dan terhindar dari tulisan-tulisan duniawi. Bungkuslah dengan kain ketika sedang dibawa keluar. Demikianlah sedikit saran bagaimana memperlakukan buku Dharma.

Jika Anda terpaksa membersihkan materi-materi Dharma, mereka tidak seharusnya dibuang begitu saja ke tong sampah, namun dibakar dengan perlakuan khusus. Singkatnya, jangan membakar materi-materi tersebut bersamaan dengan sampah-sampah lain, namun terpisah sendiri. Ketika terbakar, lafalkanlah mantra OM AH HUM. Ketika asapnya membubung naik, bayangkan ia memenuhi seluruh angkasa, membawa intisari Dharma kepada seluruh makhluk di dalam enam alam samsara, memurnikan batin mereka, mengurangi penderitaannya, dan membawa seluruh kebahagiaan bagi mereka hingga pencerahan. Sebagian orang mungkin merasa praktek ini tidak lazim, namun tata cara ini dijelaskan menurut tradisi buddhis. Terima kasih.



## DEDIKASI

Semoga kebajikan yang dihimpun dengan mempersiapkan, membaca, merenungkan dan membagikan buku ini tersebar kepada kebahagiaan semua makhluk. Semoga semua Guru Dharma berumur panjang dan sehat selalu. Semoga Dharma menyebar ke seluruh cakupan angkasa yang tak terbatas, dan semoga seluruh makhluk hidup segera mencapai Kebuddhaan.

Di alam, negara, wilayah atau tempat mana pun beradanya buku ini, semoga tiada peperangan, kekeringan, kelaparan, penyakit, luka cedera, ketidakharmonisan atau ketidakbahagiaan. Semoga hanya terdapat kemakmuran besar. Semoga segala sesuatu yang dibutuhkan dapat diperoleh dengan mudah dan semoga semuanya dibimbing hanya oleh guru Dharma yang terampil, menikmati kebahagiaan dalam Dharma, memiliki cinta kasih dan welas asih terhadap semua makhluk hidup dan hanya memberi manfaat, tidak pernah menyakiti satu dengan lainnya.